یەکەمین گۆڤاری کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
لە کوردستاندا
46
لە پێناو گەلێکی خاوەن بڕیاردا



مانگنامەیەکی تایبەت بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
ساڵی چوارەم - ئازاری ٢٠١٢

کاتێك مێژوو دەبێت بە یادگاری!

مەترسییەکانی مۆبایل

لەگەڵ سالمی ساحێبقڕاندا

سێ هەڵوێستی ناوازە...

هەر تۆ باپیرەت نییە!

دەرفەتسازی

دایکێکی نموونەیی!

بڕیار بە دەست خۆتە!

Www.bryarmagazine.com



The first Magazine Specialized in Management and Human Development in Kurdistan

له پێناو گەلێکی خاوەن بڕیاردا

بڕیار

مانگنامەیەکی تایبەتە بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی

سالی چوارەم - ژمارە 46 - ئازاری 2012

کارگێڕی و بازاڕسازی

خاوەنی ئیمتیاز

ئەندازیار: مەسعود تاهیر ڕۆژبەیانی

سەرنووسەر

عادل محەممەد شێخانی

sarnosar@bryarmagazine.com

بەڕێوەبەری نووسین

بەرزان ئەبوبەکر

دەستەی نووسەران

هاژە شێروانی
پەیمان بەرزنجی
محەممەد مێرگەیی
محمد هاشم محمد
پەری شێخ کەریم
بێگەرد فارس
وەهاب حەسیب
ئەسکەندەر ڕەحیم

بەشی هونەری و دیزاین

قەیدار ڕەحیم

ڕاوێژکاری یاسایی

پارێزەر: ئازاد محێدین

بەشی ڕیکلام

07480112787

ناونیشانی گۆڤار

سلێمانی - شەقامی سالم -تەلاری جەمالی حاجی عەلی- نهۆمی سێیەم

نزیك پردی خەسرەو خاڵ

٣١٩٣٩٤٦ - ٠٧٧٠٢١٧٨٦٨٢

هەولێر ٠٧٥٠٤٤٦٣٢٣٠

E-mail: bryar@bryarmagazine.com

دابەشکردن: کۆمپانیای یەک

٣٢٠٤٠٩٦ - ٠٧٧٠٨٦٤٩٢١٠

چاپ: کۆمپانیای پیرهێرد

نرخ 2500 دینار

لەوانەیە ئەو کەسانەت لە یاد بچن،
کە هاوبەشی پێکەنینت بوون!
بەڵام هەرگیز ئەو کەسانەت لە یاد ناچن،
کە هاوبەشی گریانت بوون!

چاوەڕوانمان بن، لە پێشانگای
نێودەوڵەتی کتێب لە هەولێر
ڕۆژانی ٤/٢ — ٤/١١/ ٢٠١٢
بڕیار خۆشحاڵە بە دیداری دۆستانو
خۆشەویستانی



ئەم لاپەڕەیە بە سپۆنسەری
گروپی کۆمپانیاکانی ڕەسەن بڵاو دەکرێتەوە

RASAN
Group



کاتێك مێژوو دەبێت بە یادگاری!

لاپەڕەکانی مێژوو ئەو لاپەڕانەن کە بە ئارەقو خوێنو قوربانیدانو ماندووبوون نەخشێنراون، دەبێت بە چاوی ڕێزو گەورەییەوە بۆی بڕوانینو زۆر بەرز بینرخێنینو ساڵانە ئەو لاپەڕانە وەکو ئەلبومی یادگارییەکان هەڵنەدەینەوەو وەکو بۆنەیەکی کەیفو شادی تەماشای نەکەین!

(یادی ڕاپەڕین) بە بڕوای من گەورەترین ڕووداوی مێژووی هاوچەرخی کوردە، نابێت بە چەند لافیتەیەکی کاڵو چەند گوتەیەکی بریقەدار، هاوڕێ بە شاییو زەماوەند یادی بکەینەوە! کە بەداخەوە هەندێجار کەسانێك ئەو یادانە گەرم دەکەنو قەرەباڵغی دەکەن، کە لە دوێنێ و ئەمڕۆی میللەتەکەیاندا جێگەی شانازی نین، ئەگەر جێگەی شەرمەزاری نەبن! لە کاتێکدا ئەوانەی سووتەمەنی ڕاپەڕین بوونو گڕی ئەو داستانە مەزنەبوون، دەبێت لە دوورێ ڕا تەماشا بکەن!

ئەو کەسانە ڕێزی ڕاپەڕین دەزانن‌و یادگارییەکانیان لە نێو پەڕەی دڵو دەروونیاندا پاراستووە، کە وەکو ڕۆحێکی نوێ چوونە نێو جەستەی کوردو کوردایەتیو جارێکی تر بوونی کوردیان سەلماند بۆ هەموو جیهان!

نەك ئەوانەی هاتوونەتە سەر سفرەی حازریو نەك هەر خوێن، بەڵکو ئارەقیشیان لەو پێناوەدا نەڕشتووە!

(یادی ڕاپەڕین) بۆنەیەك نییە، بۆ شاییو هەڵپەڕینو لەبەرکردنی جلوبەرگی جوان، بەڵکو ڕۆژێکە بۆ نوێکردنەوەی پەیمان لەگەڵ وڵاتو نیشتمانو خوێنی شەهیدەکاندا!

ڕۆژی سارێژکردنی برینەکانو ڕێزلێنانی ڕاستەقینەی ئەو کەسانەیە، کە ئەو ڕۆژەیان دروستکرد!!

ئەوە مێژووی میللەتێکە، دەبێت نەوەکان پیت بە پیتی بخوێننو وانەی لێوە فێربن.

ڕاپەڕین، کۆتایی بە تاریکترین سەدەی زوڵمو ستەمو دیکتاتۆرییەت هێنا، ڕاپەڕین، دەستو چاوی کوردی کردەوە!

ڕاپەڕین، نوێترین قوتابخانەی کوردایەتیو خەباتو تێکۆشانە، کە تائێستا کاریگەریی لە گۆڕەپانی کوردو کوردستانو کوردایەتیدا ماوەو کەس ناتوانێت دەست بەسەر دەستکەوتەکانیدا بگرێتو قۆرخی بکات بۆخۆی!

با بەرامبەر بە مێژوو، بە ئەمەكو بەوەفابینو دەست بۆ ئەو شتانە نەبەین کە دەبێت لە جێگەیەکی هێندە بەرز دابنرێن، هیچ دەستێکیان نەگاتێ!

دەبا مێژوو سەنگو گەورەیی خۆی بمێنێو نەکرێت بە ئەلبومی یادگاری!

کارگێڕی بە گوفتار

گەورەترین هەڵە ئەوەیە، کەوا بزانیت
تۆ دووریت لە هەڵەکردن!

پەندێکی عەرەبی

ئەگەر ڕاوبۆچوونەکان زۆربوون،
کردارەکان کەم دەبنەوە!

مارکوس

ئەو پیاوەی دەتگرییەنێ،
زۆری خۆشدەوێیت!

سرفانتس

ئەوەی جارێك دزی بکات، بۆهەمیشە دەبێتە دز!

ولیام لانگلاند

بۆئەوەی پارێزگاری لە بەختەوەریت بکەیت، پێویستە
لەگەڵ کەسانی دەوروبەرتدا بەشی بکەیت!

أوگیست کونت

چاکەکانت بشارەوە، وەکو چۆن
خراپەکانت دەشاریتەوە !

بیشری حافی

خوێن ئارەقی لاشەی پاڵەوانەکانە !

دیموستین

کارگێڕی بە چیرۆک



بڕیار بە دەست خۆتە!

لە یەکێك لە گوندەکانی چیندا حەکیمێکی دانا لەسەر لوتکەی چیایەکی بەرز دەژیا، ئەم دانایە پیاوێکی زاناو زیرەكو ژیرو توانایەکی سەیری لە چارەسەرکردنی کێشەکانو بەڕێوەبردنو ئاراستەکردنی قەیرانەکاندا هەبوو، وێڕای ڕۆشنبیریو ماریفەتێکی فراوان.

هاوکات لە گوندەکەیدا کۆمەڵە لاوێکی بێکارو چەقاوەسوو هەبوون، حەزیان بەو پیرەمێردە داناو بە توانایە نەدەکردو بڕیاریان دا، کە تووشی شکستی بکەن، بۆ ئەم مەبەستە چۆلەکەیەکیان دەستگیرکردو بەرەو ماڵی حەکیم بەڕێکەوتن، یەکێك لەو کۆمەڵە لاوەی کە چۆلەکەکەی لە باخەڵیدا حەشاردابوو، پرسیاری لە حەکیم کرد، کە ئایا ئەو چۆلەکەیەی گیرفانی زیندووە، یان مردووە؟

بڕیاریشی دابوو، کە بە توندی لە نێو مشتی خۆیدا چۆلەکەکە کۆنترۆڵ بکاتو ئەگەر حەکیم گوتی: زیندووە، یەکسەر ئەم بیخنکێنێ!

ئەگەر وتیشی: مردووە، ئەوا بە زیندوویی پیشانی دەداو قسەکەی ڕەتدەکاتەوە.

کابرای حەکیم هەستی بەم فێڵەی ئەمانکرد، هەربۆیە وەڵامێکی جوانی دانەوە، بە کوڕە لاوەکەی گوت: ئەم کارە بە دەستی خۆتە، چونکە چۆلەکەکە بە دەستی خۆتەوەیە، خۆت دەتوانی بڕیار بدەیت!

لەم چیرۆکەوە فێردەبین:

١- زۆر گرنگە مرۆڤ هەمیشە خۆی بە بەرپرسیار بزانێتو سەرەتا لۆمەی خۆی بکات، نەك دەوروبەر.

٢- با ئەو ڕاستییە بزانین، کە لە بنەڕەتدا، بڕیارەکان بە دەستی خۆمانەو لە دەستی خۆشمان دەرناچن، ئەگەر خۆمان نەمانەوێت.

٣- ئەزموونەکان ئەو وانە بە نرخانەن، کە لە ئەنجامی کارو هەڵەکانماندا دەستمان کەوتوون، پێویستە هەمیشە پارێزگارییان لێ بکەینو سوودیان لێوەربگرین.

٤- کاتێك بڕیار لە دەستی خۆماندا بێتو خۆمان سەرپشك بین، بۆچی بیدەینە دەستی کەسانی تر.

٥- گەیشتن بەو ئاستەی کە خۆمان جڵەوی بڕیارەکانی خۆمان بگرین، دەبێت بە مافی خۆمانی بزانینو هەرگیز سازشی لەسەر نەکەین.

٦- تۆ خۆت بەرپرسیاری یەکەمی بەرامبەر بە گوفتارو ڕەفتارەکانت، بە وردی هەنگاو بنێو بە وردی بڕیارەکانت دەربکە، چونکە هەر خۆت دەبێت بەرپرسیارێتی ئەنجامەکانیشی بگریتە ئەستۆ.



تەنها بۆ سەرکردەکان

ئەگەر ناتەوێت سەرکردەبیت، ئەم لاپەڕەیە مەخوێنەرەوە!

سەرکردایەتی کارە،
نەك پۆست!

دونالد ماك جانون

هەمیشە ڕێگەیەکی باشتر هەیە،
بگەڕێ بە شوێنیدا!

تۆماس ئەدیسۆن

کارەکە شکست دەهێنێت،
ئەگەر تیایدا سەرکردە
پشکی شێری بەرکەوتبوو!

لاوتسو

یەکێك لە ئەرکە سەرەکییەکانی سەرکردە
ئەوەیە، کە هەمیشە دەرگای هیوا
بەرامبەر هەوادارانی خۆی والا بکات!

جون جاردنر

ئەگەر مرۆڤ هەموو تواناکانی
خستە کار، ئیتر لۆمەی ناکرێت!

جورج باتون

بە چەك دەتوانی
لەسەر کورسی دەسەلات دانیشی،
بەلام ناتوانی زۆر بەردەوام بیت!

بوریس یەلستن



کات به نرخترین سەرمایەی ژیانی مرۆڤە

پشتیوان مەحمود

(بەمن بڵێ: کاتەکانت چۆن بردۆتە سەر؟ تا پێت بڵێم تۆ چ جۆرە کەسێکیت)! ژول ورت.

بەڕێوەبردنو ڕێکخستنی کات، ئەو ڕێگاو ئامرازانەیە کەسێك دەیانگرێتەبەر، تا لە کەمترین کاتدا ئامانجەکانی بەدەست بێنێت، بەمانایەکی تر ڕاگرتنو دروستکردنی هاوسەنگییە لە نێوان ئەرکو پێداویستییەکانی ژیان، ئەوانەی لە ئەزمونەکانی ژیاندا سەرکەوتون، دەزانن چۆن کاتەکانیان لە پێناو هێنانەدی ئامانجەکانیان ڕێکبخەن، یان دەتوانین بڵێین ڕێکخستنی کاتو بە گرنگ وەسفکردنی واتە بەڕێوەبردنی خودی خۆت.

کات ئەوە نییە لە زێڕ بێت وەك پەندە باوەکە دەڵێت، بەڵکو لە ڕاستیدا کات لە تەلاو مرواریو هەموو گەوهەرێکی نایابو بەردێکی بەقیمەتیش گرانبەهاترە، کات وەك حەسەن بەنا دەڵێت ژیانە، ژیانی مرۆڤ ئەو کاتەیە لە ساتی لە دایکبونییەوە تا کاتی مردنی تێی دەپەڕێنێ. نایابی کات لەوەدایە کە کات کانگاو جێگەی هەموو کارو بەرهەمێکەو سەرمایەو دەستمایەی تاكو کۆمەڵی ئادەمیزادە، پێغەمبەرمان (سەلامی خوای لێبێت) ئامۆژگاری پیاوێکی کردو پێی فەرموو: پێنج شت پێش پێنج شت بخە: (ژیانت پێش مردنت، لەشساغیت پێش نەخۆشیت، بێکاریت پێش سەرقاڵیت، لاویت پێش پیریت، دەوڵەمەندیت پێش هەژاریت). لەم سۆنگەیەوە دەتوانین بڵێین:

با یەکەم ئامانجت دیاریکردنی ئامانج بێت:

دەبێت تۆ ئامانجەکانت بەڕوونی دیاری بکەیت سەرەتا لە ئامانجی یەکەمتەوە دەست پێدەکەیت، ئامانجەکانیش لە ژیاندا زۆرن (تەواوکردنی خوێندن، بەدەستهێنانی هەلی کار، هاوسەرگیری ...هتد)، واتە تۆ دەبێت بە یەك ئاڕاستەدا بڕۆیت، نەك بە چەند ئاڕاستەیەکدا، ئەمە سەرەتای پلانو بەرنامەی ژیانە، هەروەك وتراوە گەر لە یەك کاتدا بەدوای دوو کەروێشکدا ڕابکەیت، هیچیانت بۆ نابێت، لێرەوە دەکرێت بڵێین: ڕێکخستنی کات دەرئەنجامی بەدەستهێنانی سەرکەوتنە، چونکە ئامانجی ڕوون پلانو ڕێکخستنی کات ئاسان دەکات، بۆئەوەی هەمیشە ئامانجەکانت لە بەرچاوبێت باشتروایە لەسەر کاغەزێك بینوسیتو پلەبەندی بکەیت لە نێو ئامانجەکانت بە پێی گرنگیو پێویستی.

هەمیشە ئەوەت لە یاد بێت سەرنەکەوتن لە کارێکدا واتای دۆڕاندنی هەمیشەیی نییە، وەك ئەدیسۆن دەڵێت: (بەگرتنەبەری ٩٩٩ ڕێگا ئینجا توانیم کارەبا دابهێنم، بە تاقیکردنەوەی هەر ڕێگایەك ئەزمونێکی نوێم تاقیکردەوە. هەر لەم ڕوانگەیەوە وتەیەکی جوانیش هەیە دەڵێت: (گرنگ نییە چۆن کەوتیت، گرنگ ئەوەیە چۆن هەڵدەستیتەوە).

لە کۆتاییدا پێویست دەکات چەند خاڵێك لە بیر نەکەین لەوانە:

* هیچ کارێك بێ نرخ نییە، لە کاتێکدا تۆ باوەڕت بەکارەکەت هەیە، چێژی لێببینە.

* گەشبینو ئەرێنی بە، بە ئێستاو ئایندەت، وەکو وتویانە ڕابردوو هی من نەبوو، چونکە دەستم نەبوو لە دروستکردنی، بەڵام ئێستاو ئاینده بەدەست خۆمە، چونکە خۆم دەستم هەیە لە دروستکردنیدا.

* لە سەرنەکەوتندا مەڕوخێو تەسلیم مەبە بە نائومێدی، بەڵکو بیربکەرەوە چۆن دەتوانیت هەستیتەوە.

* سەیری خووڕەفتارەکانت بکە، بزانە زیاتر کامیان کاتی بەفیڕۆداویت تا خۆتی لێ ڕزگاربکەیت، (هاوڕێی خراپ، بێبەرنامەیو بەفیڕۆدانی کاتێکی زۆر بەچاتو ئینتەرنێت ...هتد.

* جەختکردن لەسەرئەوەی ڕێکخستنی کاتو بەرنامەڕێژی زامنی سەرکەوتنو دەسکەوتی گەورەیە بۆ ژیان.

* دەبێت ئەوەمان لە یاد بێت کارکردن پیشەی ئادەمیزادی زیندووە، ئەو مرۆڤەی کارناکاتو بەرنامەی نییە بۆ ژیانی، شایستەی ژیان نییە.

گەندەڵی کارگێڕی

بەشی نۆیەمو کۆتایی

ئا: خەندە ڕەمەزان - زکرا ڕەمزی



بەشی دووەم: بەندی یەکەم:

بە هۆی دەرئەنجامەکان، گەندەڵی دەبێتە هۆی قەیران، ئەم قەیرانەش کاریگەری دەبێت لەسەر ئەمانەی خوارەوە:

- نرخی نەوت کاریگەری توندی دەبێت لەسەر بازاڕی وڵاتانی بەرهەمهێنەری نەوت.

- لە دەستدانی کار، تەنها لە بەریتانیا نزیکەی دوو ملیۆن کەس کارەکانیان لە دەست دەدەنو بێکار دەمێننەوە.

- لە دەستدانی هەلی نیشتەجێبوون، بۆ هاوڵاتیان.

- بازاڕەکانو سەرهەڵدانی گرانی.

- سیستەمی دارایی جیهانی، ڕەنگە ببێتە هۆی دارمانی ئەو سیستەمەش.

بەندی دووەم:

دەرئەنجامەکانی ئەو ڕاپرسییەی کە ئەنجامدراوە:

- لە ڕاپرسییەکدا کە ئەنجامانداوە ئەم پرسیارانە ئاڕاستەی بەشداربووان کراوە:

١- ئایا نووسینی ئەم توێژینەوەیە لەسەر گەندەڵی کارگێڕی، پێتوایە چەندە گرنگە بۆ دیاریکردنی هۆکارەکانی:

أ- زۆرباشە. ب- باشە. ج- خراپە.

٢- ئایا هۆکاری سەر هەڵدانی گەندەڵی کارگێڕی چییە بە بۆچوونی تۆ؟

أ- کەمی مووچە. ب- پێنەدانی دەسەڵات بە کەسانی تر. ج- خراپی ژینگەی کۆمەڵایەتی.

٣- لایەنی یەکەم، لە دروستبوونی گەندەڵی پێتوایە کێیە؟

أ- حکومەت. ب- خودی فەرمانبەر. ج- کۆمەڵگا.

٤- ئایا پێتوایە، گەندەڵی لەسەرەوە بۆ خوارەوە دروستبووە؟ أ- بەڵێ. ب- نەخێر.

٥- ئایا پێتوایە هۆکارەکانی بەردەوامبوونی گەندەڵی لە حکومەتو دەزگاکان چییە؟

أ- نەبوونی چاودێریو سزا. ب- بێسەروبەری کارگێڕی. ج- کەموکوڕی یاساکان.

٦- چۆن دەتوانین ئەو دیاردە ترسناکە، کە گەندەڵییە چارەسەر بکەین؟

أ- بەندکردنو سزادانی کەسی گەندەڵکار. ب- کردنەوەی خولی تایبەت بە هۆشیاری کۆمەڵایەتی. ج- چاکسازیکردن لە بواری پەروەردەو خێزان.

٧- ئامرازە سەرەکییەکانی بنبڕکردنی گەندەڵی بە بۆچوونی تۆ چییە؟

أ- گۆڕانکاری ڕیشەیی لە سیستەمی کارگێڕی. ب- پلاندانان بۆ بنبڕکردنی ئەم دیاردەیە. ج- هەموارکردنی بەندە یاساییەکان.

لە ئەنجامی ئەو ڕاپرسییە، لەسەر ڕای زۆربەی بەشداربووان ئەمە ئەنجامەکەیەتی:

- لە یەکەم پرسیاردا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو: لە (٨٣٪) نووسینی ئەم توێژینەوەیەیان زۆر پێباش بوو. لە بەرامبەریشدا لە (١٦٪) پێیان باش بوو، تەنها لە (١٪) پێیان خراپ بوو.

- لە دووەم پرسیاردا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو، سەبارەت بە هۆکاری سەرهەڵدانی گەندەڵی کارگێڕی، لە (٦٠٪)ی بەشدار بووان پێیان وابوو کە هۆکاری سەرهەڵدانی بریتییە لە پێنەدانی دەسەڵات، لە بەرامبەریشدا لە(٢٧٪)ی هۆکارەکەی دەگەڕێننەوە بۆ خراپی ژینگەی کۆمەڵایەتی، لە بەرامبەریشیاندا لە (١٣٪)ی هۆکارەکەی بۆ کەمی موچەی فەرمانبەران دەگەڕێننەوە.

- لە پرسیاری سێیەمدا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو، سەبارەت بە لایەنی یەکەم لە دروستبوونی گەندەڵی، لە (٥٠٪) پێیان وابوو کە حکومەت لایەنی یەکەمە لە دروستبوونی گەندەڵی، لە بەرامبەریشدا لە (٣١٪) لایەنی یەکەم لە دروستبوونی گەندەڵی دەگەڕێننەوە بۆ کۆمەڵگە، لە بەرامبەر ئەمانەشدا لە (١٩٪) لایەنی یەکەم لە دروستبوونی گەندەڵی دەگەڕێننەوە بۆ خودی فەرمانبەر.

- لە پرسیاری چوارەمدا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو، کە ئایا پێتوایە گەندەڵی لە سەرەوە بۆ خوارەوە دروستبوو، لە (٩٢٪)ی بەشداربووان وەڵامەکانیان بە بەڵێ بوو، لە بەرامبەریشدا لە (٨٪)ی بەشداربووان وەڵامەکانیان بە نەخێر بوو.

- لە پێنجەم پرسیاردا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو سەبارەت بە هۆکاری بەردەوام بوونی گەندەڵی لە حکومەتو دامو دەزگاکان، لە (٧٤٪)ی بەشداربووان هۆکارەکەیان بۆ نەبوونی چاودێری سزا دەگەڕێننەوە، لە بەرامبەریشدا لە (١٧٪)ی بەشداربووان هۆکارەکەیان بۆ بێسەروبەری کارگێڕی گەڕاندەوە، لە بەرامبەریشدا تەنها لە (٩٪)ی هۆکارەکەیان بۆ کەمو کوڕی یاساکان گەڕاندەوە.

- لەشەشەم پرسیاردا کە ئاڕاستەی بە شداربووان کرابوو، سەبارەت بە چارەسەرکردنی ئەو دیاردەیە کە گەندەڵییە، لە (٥٤٪)ی پێیان وابوو کە ئەو دیاردەیە بە بەندکردنو سزادانی کەسی گەندەڵکار چارەسەر دەکرێت، لە (٢٥٪)ی بەشداربووان پێیان وابوو کە ئەم دیاردەیە بە کردنەوەی خولی تایبەت بە هۆشیاری کۆمەڵایەتی چارەسەر دەکرێت، لە بەرامبەر ئەمانەشدا لە (٢١٪)ی بەشداربووان پێیان وابوو کە ئەم کێشەیە چارەسەر دەکرێت بە چاکسازیکردن لە بواری پەروەردەو خێزان.

- لە حەوتەم پرسیاردا کە ئاڕاستەی بەشداربووان کرابوو سەبارەت بە ئامرازە سەرەکییەکان بۆ بنەبڕکردنی ئەم دیاردەیە (گەندەڵی)، (٦٩٪)ی بەشداربووان پێیان وابوو کە ئەم دیاردەیە بنبڕ دەکرێت، بە پلاندانان بۆ بنبڕکردنی ئەو دیاردەیە، لە بەرامبەریشدا لە (٢٥٪)ی بەشداربووان پێیان وابوو کە ئەم دیاردەیە بنەبڕ دەکرێ بە گۆڕانکاری ڕیشەیی لە سیستەمی کارگێڕیی، لە بەرامبەر ئەمانەشدا تەنها لە(٦٪)ی بەشداربووان پێیان وابوو کە ئەم دیاردەیە چارەسەر دەکرێت بە هەموارکردنی بەندە یاساییەکان.

ڕێگاچارەو پێشنیاری چارەسەرکردن

یەکەم: جێگیری سیاسیو پیادەکردنی دیموکراسیەت وەك:

١- بەدیهێنانی سیستەمێکی سیاسی جێگیرو دیموکراسیو فرەییو بوونی ئازادی ڕاگەیاندنو پیادەکردنی شەفافیەتو وەرگرتنی بیروڕاو ڕەخنەکان.

٢- بەشداریکردنی پارتە سیاسییەکانو ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگای مەدەنی لە دانانی پلانو سیاسەتی ئابووری وڵاتدا.

دووەم: بەدیهێنانی بواری خۆپاراستن لە گەندەڵی بە هۆی:

٣- پێکهێنانی لیژنەکانی بەدواداچوونو

چاودێریکردنی کارە کارگێڕییەکانو هونەرییەکانو بەرەنگاربوونەوەی ڕەفتارە گەندەڵییەکان.

٤- پاراستنی سەروەری یاساو سەربەخۆیی دەسەڵاتی دادگا لە دەستێوەردان.

بەشی سێیەم: بەندی یەکەم

چارەسەرەکانی ئەو قەیرانانەی کە دروست دەبێت لە ئەنجامی گەندەڵی:

١- پێداچوونەوە بە سیستەمی دارایی جیهانی.

٢- دەستێوەردانی حکومەت، بۆ پاڵپشتی ڕاستکردنەوەی باری کەچی ماسیەکان (المفلسین)

٣- هاندانی ئەوانەی کە دووڵن لەوەگەڕخستنی پارەکانیان.

٤- هەبوونی گرەنتی.

بەندی دووەم: چارەسەری گەندەڵی لە کوردوستانی نوێدا:

لەبەرئەوەی ئاڵوگۆڕی دەسەڵات لە ئارادایە، بەڵام ئاڵوگۆڕی دەسەڵات بە تەنها بەس نییە، بۆ ڕێگە گرتنێکی کاریگەر لە بڵاوبوونەوەی گەندەڵی، بەڵکو دوو دەزگای تریش لە کوردوستاندا لە پاڵ ئاڵو گۆڕی دەسەڵات هەر هەموویان پێکەوە ئەو ڕۆڵەیان دەبێت کە ئەمانەی خوارەوەن:

١- قەزای سەربەخۆ:

لێرەدا قەزای سەر بەخۆ ڕۆڵێکی یەکجار گرنگ لە بنبڕکردنی گەندەڵیدا دەگێڕێت، چونکە قەزا لەو چەشنە بەبێ ترسو بەبێ هیچ دوودڵییەك یەخەی هەر کەسێك دەگرێت پارەو ماڵی گشتی بدزێت، یان بەرتیل وەربگرێت، یان هەر کارێکی تری گەندەڵی ئەنجام بداتو دادگایی دەکاتو سزاشی دەدات، کە ئەمە حەتمەن سنورێکی باش بۆ گەندەڵی دادەنێو بەرپرسە حکومییەکان کاتێك دەزانن بە هۆی هەر کارێکی لەم چەشنە خۆیان بەرامبەر دادگا دەبیننەوە، ناتوانن ئاوا بە ئاسانی ئەنجامی بدەن.

بەلام ئەگەر قەزا سەربەخۆ نەبێت، بەوەی کە ڕیشی لە دەست دەسەڵاتدارو بەرپرسانی حکومیو حیزبی بێت، چۆن دەتوانێت بۆ بەردەم دادگا خەڵکانێك بانگ بکات، کە خۆی لە سایەی فەرمانەکانی ئەواندا بێت؟!

٢- دەزگای چاودێری دارایی:

ئەوەش یەکێکە لەو دامو دەزگایانەی حیزبی دەسەڵاتدارو هیچ حیزبێکی تر کاریگەریو دەسەڵاتیان بەسەرەوە نییە، زۆر بە وردی چاودێری خەرجکردنو مامەڵەکردن لەگەڵ داهاتو دەرامەتی وڵات دەکات لە لایەن حکومەتەوە، هەر لە سەرۆك وەزیرانەوە بگرە هەتا بچوکترین بەرپرسی ئیداری لەناو حکومەتو لە هەموو خاڵێك لە خاڵەکانی سەرفکردنی دارایی دەپێچێتەوە، ئایا تا چەند بە پێی برگەو بەندو ماددەکانی بودجە سەرفکراون.

ئامۆژگاریو پێشبینییەکان بۆ چارەسەرکردنی گەندەڵی:

١-دانانی سیستەمو پرۆگرامی پەروەردەییو ڕۆشنبیری بەرێگاکانی ڕاگەیاندنی جیاواز بۆ دامەزراندنو دروستکردنی ڕۆشنبیرییەکی بێگەرد، پاراستنی سامانی دارایی گشتی لە ڕێگای ستراتیژییەکی درێژ لە پێناو هێنانەدی دڵسۆزی لە نێوان تاکەکەسو وڵات، لە کاتێکدا کە یاسا تاکە ڕێگا نییە بۆ وەستان دژ بە گەندەڵی، بەڵکو پێویستە ڕۆشنبیرییەکی فراوان هەبێت بۆ پاراستنی دارایی گشتی.

٢- ڕۆڵی زیاتر بدرێتە وەزارەتەکانی ڕۆشنبیریو خوێندنی باڵاو پەروەردەو زانستی تەکنەلۆجیا، بۆ دانانی پرۆگرام بۆ گشت قۆناغەکانی خوێندن، بۆئەوەی فێری ڕۆشنبیری پاراستنی دارایی گشتیو پاکیو بێگەردی لە مامەڵەکردندا بێت، کەمکردنەوەی خۆویستی تاکەکەسو هاندان بۆ گیانی کاری بە کۆمەڵو یارمەتیدانی یەکتری.

٣- بەکارهێنانی زیاتر بۆ فەرمانگەکانی پشکنەرەکان بەگشتی، لیژنەکانی چاودێریکردن هەریەکەو بەپێی پسپۆڕی خۆی لە وەزارەتی ناوبراو.

٤- دەرکردنی یاسای توندو ڕێك بۆ نەهێشتنی بە فیرۆدانی دارایی گشتیو گەندەڵی بەرێوەبردن، لێپرسینەوەی جدی ئەنجام بدرێت.

٥- دامەزراندنی ئامێری پاراستن کە چاودێری چۆنییەتی بەکارهێنانی پارەی گشتی بکات، لەوانەیە ببەسرێتەوە بە ئەنجوومەنی وەزیران ڕاستەوخۆ، یان لەگەڵ ئامێری وەزارەتی ناوخۆ بێت.

٦- چاککردنی یاسای پاڵپشتیکردن کە دەدرێتە وەزیرەکانو ئەندامانی نوێنەران، بۆئەوەی لایەنەکانی قەزا بتوانن لێکۆڵینەوەو پرسینەوە بکەن لەو بابەتانەی کە دژیان ئاراستەکراوە، سەبارەت بە گەندەڵی.

٧- هەڵبژاردنی کەسانی پاکو دڵسۆزو لێهاتوو، لە دەزگاکانی چاودێریو پشکنیندا.

٨- دروستکردنی بیروبۆچوونی گشتی کە دژ بە گەندەڵی ڕادەوەستێت کە کاریگەری نەرێنی هەیە لەسەر گەشەپێدانی ئابووری گشتی، بە واتای ڕۆشنبیرکردنی کۆمەڵگەو هەوڵدان بۆ گۆڕینی دڵسۆزی پێ بە پێ لە تاکێکەوە، تاکو دەگاتە وڵات، لە ناوبردنی بێکاریو زۆرکردنی هەلی کارکردن، هاندانو پەرەپێدانی ناوخۆییو قەدەغەکردنی هێنان لە دەرەوە بۆ چالاککردنی پیشەسازی نیشتیمانی.

٩- بەکارهێنانی ڕێگاکانی چالاك بۆ کەمکردنەوەی دیاردەی ئاسانکردنی دارایی، کە گرووپە جیهانییەکان بەکاریدێنن لەگەڵ مافیا بۆ زانینی گەشەپێدانە نابەجێیەکان بۆ دەرەوە، لە ڕێگای سپیکردنی سامانەکانو ڕووبەڕووبوونەوەیان.

١٠- دانانی ڕێکخراوی چالاك بۆ چاککردنەوەی کاری دەزگاکانی حکومەت، لەسەر بنەمای لێپرسینەوەی ڕادەی گەندەڵی داراییو ئەوانی دیش، بۆئەوەی بیانوو نەبێت بۆ هەڵوەشاندنەوەی پرۆگرامی لەناوبردنی گەندەڵیو بەرزبوونەوەی سەرفیاتەکان.

١١- هاندان بۆ ئەنجامدانی ئەرکەکانی سەرشانیان، ئەنجامنەدانی هەڵەو پێشێلکردنی یاسا لە ڕێگای سزاو پاداشت.

١٢- هاوکاریکردن لەگەڵ وڵاتە دراوسێکان لە گرتنی سنوور بۆ قەدەغەکردنی بردنو بەکارهێنانی سامان بۆ چەكو ماددە هۆشبەرەکانو ...هتد.

١٣- سەقامگیرکردنی ئازادیو دادپەروەری، ئەگەر گەشەی پێبدرێت، ئەوە هەموو مەرکەزییەتەك هەڵدەوەشێنێتەوە کە هۆیەکە بۆ گەندەڵی.

بەندی سێیەم: یەکێك لە چارەسەرەکان، بریتییە لە دانانی کەسی شیاو لە شوێنی شیاو:

یەکێك لەو بابەتو یاسایانەی لەم چەند ساڵەی دواییدا هاتە سەرهەڵدانو زەقبوونەوە، مەسەلەی دانانی کەسی شیاو بۆ جێگەی شیاوبوو، بەو واتایەی حیزبی دەسەڵاتدارو حکومەت کۆشش بکاتو بە وردی لە دوای ئەو کەسانەدا بگەڕێ کە لە پۆستە جۆراو جۆرەکاندا دادەمەزرێنو لە هەر یەکەیاندا کەسێك دابنێ، بەڕاستی بۆ ئەو پۆستە شیاو بێتو بتوانێت بەباشترین شێواز بەرێوەی ببات.

هۆی سەرهەڵدانو زەقبوونەوەی ئەو پرسەش لەو چەند ساڵەی دواییدا بەبێ هۆو بنەما نەبوو، ئەوە لە ئەنجامی ئەو هەموو کێشە جۆراو جۆرانەوە بوو، لە کوردستاندا سەریان هەڵداوە، وەك گەندەڵیو تەواونەبوونو خراپبوونی پرۆژەکانو بڵاوبوونەوەو پەرەسەندنی ڕۆتینی کارگێڕی لە دامو دەزگاکانی حکومەتو بە فیرۆچوونی ماڵو سامانی گشتی، کە وایکرد خەڵکی کوردستان بە هەموو چینو توێژەکانیان بیر لە سەرچاوەی ئەو گرفتانە بکەنەوەو ببێتە گفتوگۆی ڕۆژانەو لە ئەنجامدا کەسانێکی زۆر هەر لە خەڵکی ئاساییەوە بگرە هەتا دەگاتە سیاسەتمەدارانو یاساناسانو نوسەرو ڕوناکبیران گەیشتنە ئەو باوەڕەی کە بنچینەی سەرهەڵدانی ئەو کێشەو گرفتانە بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە کە حیزبی دەسەڵاتدار لەناو حکومەت پرەنسیپی کەسی شیاو بۆ جێگەی شیاوی پەیڕەو نەدەکرد، ئەو خەڵکەی لە پۆستەکان دادەندران شایستەی ئەو پۆستانە نەبوون، بۆیە نەیاندەتوانی بەڕاستو دروستیو وەکو ئەوەی پێویست بوو بەرێوەی ببەنو لە ئەنجامدا کۆمەڵێك دیاردەی لەو جۆرانەی باسمان کرد سەریانهەڵدا. لە ژێر ڕۆشنایی ئەو لێکدانەوەیەش باشترین دەرمان بۆ دەردی گەندەڵی نەهێشتنی ڕۆتینو پاراستنی ماڵو سامانی گشتی ئەوەیە کە حیزبی دەسەڵاتدارو حکومەت کار بە بنەمای کەسی شیاو بۆ جێگەی شیاو بکات!

٥٠٠ بیرۆکەی قەشەنگ بۆ ڕێکخستنی هەموو شتێك...



چاکترین شێوازو کەرەستە بۆ ڕێکخستنی ژیانت، لە ئۆفیسو ماڵ، لە کاتی خوێندنو کارو سەفەرو بازاڕدا...

ن: شیری بایکۆسفی..
و. بۆ عەرەبی: محمد عنان..
و. بۆ کوردی: زانکۆ قەرەداغی

پۆشاكو جلوبەرگ..

١٠٠- کۆمەڵەی نا:

جلوبەرگەکانت لەناو کانتۆرەکەدا بکە بە سێ کۆمەڵەوە، کۆمەڵەی (نەگونجاو (نا)، ڕەنگە بگونجێ (لەوانەیە)، گونجاو)، کۆمەڵەی (نا) جوان بپشکنەو ئەوەی بە کەڵك دێت ببیبەخشە، یان لە دووکانێك دایبنێ بۆ فرۆشتن، ئەوەش کە هیچ سوودی نەماوە لە کۆڵ خۆتی بکەرەوە.

١٠١- کۆمەڵەی لەوانەیە:

پۆشاکەکانی ئەم کۆمەڵەیە جوان بپشکنەو بەبەری خۆت تاقیان بکەرەوە، پاشان لە خۆت بپرسە، کامەیان گونجاوەو کامەیان نەگونجاوە؟ بۆچی ئەم پارچەیەت ماوەیەکی زۆرە پشتگوێ خستووە؟ ئایا مۆدێلی نەماوە، یان خۆت بەلاتەوە جوان نییە، ئایا کە لەبەریدەکەیت پێوەی جوانیت، ئایا ڕەنگەکەیت بە دڵ نییە؟

ئایا بۆ بۆنەیەکی دیاریکراو دەگونجێت؟ هەوڵبدە ئەم کۆمەڵەیە بۆ ئاستی نیوە کەم بکەیتەوە، پاشان ماوەیەك چاوەڕوان بکە، ئەگەر زانیت لەو ماوەیەدا هیچ پارچەیەکیان لەبەرناکەیت، ئەوا بیانخەرە سەر کۆمەڵەی (نا).

١٠٢- کۆمەڵەی گونجاو:

ئەم کۆمەڵەیەش تاقیبکەرەوەو بزانە کامانەت زۆر پێویستە، بڕی گونجاو لەگەڵ کانتۆرەکەدا دیاریبکە، دوایی ئەوانەی پێویستە جیایان بکەرەوە، جلی درێژ ئەوانەی دەبێت هەڵواسرێن، (پانتۆڵ، ڕێکۆت،...)، دواتر پلانێکی گونجاو دابنێ بۆ سوودوەرگرتن لەو شتانەی کە پێویستییەکانتن، ئایا ئێستا جۆری ڕێکخستنی ناو کانتۆرەکەت دەگۆڕی؟

ئایا پێت باشە خانو ڕەفەی زیاتری تیادا دابنێیت، هەوڵبدە سوود لە تەواوی بۆشایی ناو کانتۆرەکە وەربگریتو ڕێگەش نەدەیت پۆشاکە جیاجیاکانت تێکەڵ ببن، با نزیك دەست بنو بە ئاسانی بگەیتە هەر پارچەیەك کە دەتەوێت ئەگەر ناچاربوویت کەنتۆرەکەت بگۆڕیت، ئەوا سەردانی فرۆشگای کەلوپەلی ناوماڵ بکەو دانەیەکی گونجاو لەگەڵ ماڵی خۆت بکڕە.

١٠٤- پێڵاو:

جێگە پێڵاوی جۆاوجۆر هەن، هەندێکیان لەسەر شێوەی ڕەفە دروستکراوە، هەندێکی دیکەیان وەك جانتاو سندوق دیزاین کراوە، تا بتوانرێت لەناو کەنتۆر، یان لە ژێر سیسەمی خەودا جێگەی بێتەوە، ئەو پێڵاوانەی کە دەتەوێت بەکاریان بێنیت، دیاری بکەو دواتر جێگە پێڵاوێکی گونجاویان بۆ هەڵبژێرە، بیرت نەچێت گرنگی بە لایەنی تەندروستی بدە، چونکە دەبێت پێڵاو لە شوێنێکدا دابنرێت، کە هەوا لێی بداتو زوو زووش پاك بکرێتەوە.

١٠٤- هەڵگرتنی جلی خوری:

کاتێك کەشو هەوا گەرم دەکات، دەتوانرێت پۆشاکی لە خوری دروستکراو لە جانتای پلاستیکی ڕوون (شەفاف)ی توندوتۆڵدا هەڵبگرێت بۆ پاراستنی لە تەپو تۆزو چرچو لۆچ بوون، ئەو جانتا پلاستیکیانە شوێنێکی باشن بۆ هەڵگرتنی جلی خوری زستانە، تەنانەت لە وەرزی زستانو لە کاتی بەکارهێنانی ئەو پۆشاکانەشدا، چاکتر وایە زیاتر لە یەك جانتا بەکاربهێنرێت، جلەکان بکرێتە چەند کۆمەڵێكو هەر کۆمەڵەی لە جانتایەکدا هەڵبگیرێت، ئەمەش یارمەتیدەر دەبێت، بۆ ئاسان هەڵگرتنو دەرهێنانیان لە جانتاکان، ئەمجۆرە پۆشاکانە نابێت بکەونە ژێر پەستانی زۆرەوە.

١٠٦- جلوبەرگی وەرزی نوێ:

جلوبەرگەکانت بە پێی وەرزەکان پۆلێن بکە، بە گوێرەی هاتنی هەر وەرزێکی نوێ، جێگۆڕکێ بە جلەکانت بکەو جلی ئەو وەرزە بخەرە بەردەست، کە نزیك بووەتەوەو ئامادەیان بکە بۆ بەکارهێنان.

١٠٧- گۆرەوی درێژ:

جانتای پێڵاو لەو جۆرەی کە بە دیوی ناوەوەی کەنتۆردا هەڵدەواسرێت جێگایەکی چاك نییە، بۆ هەڵگرتنو پاراستنی گۆرەوییەکانت، بەلام جۆرە جانتایەکی شەفاف هەیە کە زۆر گونجاوە بۆ هەڵگرتنی گۆەوی درێژو ئەستور، ئەم جانتایە زیاتر بەکەڵکی فرۆشیارو بازرگانەکانی گۆرەوی دێت.

١٠٨- کەنتۆری تەنگو تەسك نییە:

بۆئەوەی لە کەنتۆرەکەتدا جێگایەك بۆ پۆشاکی وەرزی داهاتوو دابینبکەیت، دەستەیەك بلوزوکراسی یەك ڕەنگ لەسەر تەنها یەك شیش هەڵواسە، دیارە ئەم ڕێگەیە بۆ ئەو جلوبەرگانە ناگونجێت کە ئێستا بۆ ئەم وەرزە لەبەریان دەکەیت.

١٠٩- بە عەلاگەکەوە:

کاتێك پارچەیەك پۆشاك لە کەنتۆرەکەت دەردەهێنیت، عەلاگەی هەڵواسینەکەشی لەگەڵدا دەربهێنە، پاشان عەلاگەکە بە چۆڵی بخەرەوە ناو کەنتۆرەکەو هەڵیواسەرەوە، بەهەمان شیشدا لەگەڵ عەلاگە چۆڵەکانی تردا لە یەك لاوە ڕیزیان بکە، ئەوانەش کە جلوبەرگیان پێوەیە پاڵیانبنێ هەموویان بۆ لاکەی تر، تا بە ئاسانی بێن بە دەستەوە، ئەگەر عەلاگەی زیادەت هەبوو بیانبەخشە بە ئوتوچییەك.

١١٠- لێك نەئاڵاو:

لێکئاڵانی عەلاگە، لە ناو کەنتۆردا کارێکی ناپەسەندە، چەند شێوازێك هەیە ڕێگرێك دەکات لە تێکئاڵانو تێکەڵاوبوونی عەلاگەی جلوبەرگ، وەك بەکارهێنانی ئەو شیشەی کە بەشبەشکراوەو هەر عەلاگەیەك شوێنی جیای خۆی هەیە بۆ هەڵواسین.

١١١- خانەی گۆرەوییەکان:

پێش دانانی لە خانەکەیدا، گۆرەوییەکانت بە جوانی قەد بکە، هەر ڕەنگەی لە ڕیزێکدا دابنێ یەکێك لە بەشی پێشەوەو ئەوانی تر بەدوایدا، کاتێك ویستت بەکاریانبهێنیت ئەوەی پێشەوە دەربێنەو ئەوانی تر ڕاکێشە بەرەوپێشەوە، کاتێك گۆرەوییە بەکارهێنراوەکەت شۆری، قەدی بکەو لە بەشی پشتەوەی ڕیزەکە دایبنێرەوە، بەمەش ڕیزە گۆرەوییەکە بەردەوام پاكو نوێ دەبێتەوە، لە یادت نەچێت شتە چنراوەکان بە بەکارهێنانیان لەناودەچن، خێراتر لەوانەی بەکاریان دەهێنیت، کەواتە هەموویان بەکاربهێنە، ئەمەش زیادەڕۆیی نییەو ئەو بنەما گشتییە یادی خۆت بهێنەرەوە: (ئەو شتەی بەکارناهێنرێت، نابێت جێگات لێداگیر بکات).

١١٢- خانەکانی سەرەوە:

زۆرینەی خەڵکی خانەکانی سەرەوەی کانتۆر بۆ جلی ژێرەوە بەکاردەهێنن، ئەمەش بیرۆکەیەکی چاکە، چونکە ئەوە شوێنێکی بەردەستە، پێویستە هەموو خانەکانی سەرەوە بۆ ئەو شتانە کەڵکی لێوەربگیرێت، کە بەکارهێنانیان دووبارە دەبێتەوە.

١١٣- پلانی خانەکان:

تۆ ڕۆژانە کۆمەڵێك شتی دیاریکراو بەکاردەهێنیت، کە پێویستە نزیکە دەستبن، ئەگەر بۆ هەڵگرتنی پشتێنەکەت ناچاربووی بچەمێیتەوەو بۆ کراسەکەشت دەست ببەیت بۆ ئەوسەری خانەی کانتۆرەکە، ئەوا پێویستە بیر لە پلانێکی نوێ بکەیتەوە، بۆ ڕێکخستنی خانەی کانتۆرەکە، ئەو شتانە هەموو نزیك یەك لە یەك خانەداو لەسەر یەك ڕەفە کۆبکەرەوە، کە هێندەی کەمەرت بەرز بێتو بە ئاسانی دەستت بگات بە هەموویان.

١١٤- پاکسازی:

ئەگەر ڕۆژانە کردنەوەی خانەی جلەکانی ژێرەوەت تووشی ژانەسەرو شپرزەیی کردیت، ئەوە نیشانەی کۆبوونەوەی جلەکۆنی زۆرە لەو خانەیەدا، یان پۆشاکی زۆر بەسەر یەکدا تێکەڵو پێکەڵ بوون، یان پارچەی وای تێدایە کە زۆر کەم بەکاریدەهێنیت، هەوڵبدە ژمارەی ڕەفەکانی ئەو خانەیە زیاد بکەیتو ئەو جلوبەرگانەی تیا ڕێکبخەیت، ئەوانەش کە بەکاریان ناهێنیت خۆتیان لێ ڕزگار بکە.

١١٥- جوان ڕێکخستنی خشڵ:

خانمی بەڕێز، ئەگەر خشڵەکانت ئەوەندە جوان بوون، کە لە کاتی پۆشینیاندا هەستت بە بەختەوەری کرد، ئەوا باشتر وایە لە کاتی هەڵگرتنیشیاندا لە ماڵەوە هەر بە جوانی ڕیزبکرێن، دەتوانیت هەڵگرێکی جوانی بچکۆلە بکڕیت بۆ هەڵواسینی ملوانکەو بازنەکانت، هەڵگرەکەش لەسەر دیواری ژووری نووستنەکەت جێگیر بکە، نەك تەنها بۆ جوان ڕێکخستن، بەڵکو بۆ پاراستنیان لە تێکئاڵانو شکاندنیش، ئەگەر حەزتنەکرد خشڵەکانت بەبەرچاوەوە بن، ئەوا دەتوانی ئەو هەڵگرە بە دیوی ناوەوەی کەنتۆری جلوبەرگەکانتا هەڵبواسیت.

١١٦- ڕێکخستنی خشڵ لەسەرەوە بۆ خوارەوە:

هەڵگری خشڵ جۆری زۆرە، چاکترینیان پێکهاتووە لە کۆمەڵێك گیرفانی تەنیشت یەكو لەسەرەوە بۆ خوارەوە، چونکە ئەم جۆرە چاکترە لەوەی بە باری ئاسۆییدا خشڵەکانت ڕێکبخەیت، ئەمە گونجاوترە بە تایبەت ئەگەر وا ڕاهاتبوویت خشڵەکانت بە مێزتەوالێت (خۆڕازاندنەوە)کەتدا هەڵبواسی.

١١٧- سینی شەوانە:

شەوانە سینییەك لەسەر مێزی تەوالێتەکەت دابنێ، بەمەش شوێنێکی چاك دابین دەکەیت، بۆ ئەو شتە تایبەتانەی خۆت کە ڕۆژانە هەڵیاندەگریت، وەك کاتژمێرو جزدانی پارەو کلیلو ... هتد. کۆکردنەوەی ئەم شتانە هەموویان لە یەك شوێندا ڕێگریدەکات لەوەی سەر لە بەیانی ڕۆژی دواتر بە شوێنیاندا بگەڕێیتو هەر پارچەو لە سووچێکدا بدۆزیتەوە.

١١٨- کۆبوونەوەی جلوبەرگ:

چاوەڕێ مەکە تا ئەو سەبەتەی داتناوە بۆ ئەو جلانەی پێویستیان بە پینەو چاککردن هەیە پڕ دەبێت، خانمی بەڕێز، لە خۆت بپرسە: ئەم پارچەیە بۆچی پینە بکەم؟

ئەگەر نیازت پێی نەمابوو ئیتر خۆتی پێوە خەریك مەکە، ئەو پارچانەش کە دەزانیت پێویستیت پێیاندەبێت، لە یەکەم فرسەتدا چاکیان بکە، یان بە زووترین کات بیانبە بۆ لای بەرگدروو.

١١٩- تا دەستکێشەکانت ون نەبن:

لە کاتی بەکارنەهێنانی دەستکێشەکانتا بە پارچە پەتێك بیانبەستە بە یەکەوە، بۆئەوەی لە ماوەی هەڵگرتنیاندا تاك تاك تێکەڵی پۆشاکی تر نەبنو ون نەبن.

١٢٠- لە شەوی ڕابردووەوە:

ئەگر ویستت سبەی بەیانی بە پەلە خۆت ئامادە بکەیت، یان کەمێك درەنگ لە خەو هەڵسیت، ئەوا ئەو جلوبەرگانەی سبەینێ لەبەریاندەکەیت هەموویان لە شوێنێکی دیاریکراودا دابنێ، تا بە شوێنیاندا نەگەڕێیت.

١٢١- هەر وەرزەو ڕەنگی خۆی:

هەوڵ بدە، لە کاتی هەڵبژاردنی پۆشاکدا لەسەر ڕەنگی مۆدەی ئەو وەرزە بڕۆی، بەمەش کەسایەتی خۆتو سەلیقەی بەرگپۆشینت دەردەکەوێت، ئەمە لە خۆیدا نیشانەی شارەزاییتە، لە شتکڕینیشدا یارمەتیدەرت دەبێت، بۆجۆرکردنی چەند دەست جلی ڕێكو پێکی دیاریکراو، بەمەش کاتو پارەت بۆ دەگەڕێتەوەو ناو کەنتۆرەکەشت شپرزەو شێواو نابێت.

١٢٢- ئاهەنگی جل گۆڕینەوە:

ئاهەنگێك ساز بکە، بۆ گۆڕینەوەی پۆشاك لە نێوان خۆتو هاوڕێکانتا، چاکتر وایە، ئەم ئاهەنگە پێش کڕینی جلوبەرگی بەرگی وەرزی داهاتوو بێت، ئێوە ئاهەنگێکی خۆشبەخشو لە هەمان کاتدا بازرگانیش ڕێکدەخەن، داوا لە هاوڕێکانت بکە هەموو ئەو جلانەی کە بەکاریان ناهێنن، لەگەڵ خۆیان ئامادەی بکەن، لە ئاهەنگەکەدا هەمووتان جلی یەکتر تاقی بکەنەوەو بزانن چی بۆ کێ باشەو ئاڵوگۆڕ بکەن، ئەوانەشی کە دەمێنێتەوە دەتوانن بیبەخشنە دەزگایەکی خێرخوازی.

١٠٠ ئاماژە لە ژیانو بەڕێوەبردندا

و: ڕەهبەر مەسعود عەبدولخالق

بەشی دووەم

١٦- نووسینگەکەت لە پشێوی ڕزگار بکە:

ڕێکخستنی پەرتووکخانەو دۆسییەو پەڕاوەکانت، نیشانەی گرنگی دانتە بە کاروبارەکانتو سووربوونە لەسەری، ئەمەش یارمەتیدەرتە بۆ تەواوکردنی کارەکانت بە کەمترین ماوە، بۆیە فێڵ لە خۆت مەکە بەو گوتەیەی کە دەڵێت: پشێویو فەوزاو قەرەباڵغی سەر مێزی نووسینگەکەت، بەڵگەی کارکردنتە، نەخێر پێچەوانەکەی ڕاستە.

١٧- ئەدای خۆت مەگۆڕە.

ئایا ئەدای کارەکانت جیاواز دەبێت لە کاتی ئامادەنەبوونی بەڕێوەبەرەکەت؟! ئەگەر کارەکە بەم شێوەیە تۆ پێویستیت بە پێداچوونەوەی ئەدای خۆت هەیە، ئەویش یەکەمجار لەگەڵ (خودای)گەورە، دووەم جاریش لەگەڵ خۆت، چونکە ئەوە نیشانەی دووفاقیەیە (الازدواجیە) لە کارەکانت، بۆیە پێویستە لە هەردوو بارودۆخەکە تۆ بە تەواوی ئەرکی پێویستی سەرشانی خۆت جێبەجێ بکەیت!

١٨- ڕێکخستنی دەروون:

گۆڕەپانی یەکەمتان دەروونی خۆتانە، ئەگەر بەسەریدا زاڵبوون، ئەوا بەسەر غەیری ئەویشدا زاڵدەبیت، بەڵام ئەگەر پێچەوانە بوو، بێگومان ناتوانن بەسەر هیچ شتێکدا زاڵبن، چ جای نەفسی خۆتان، بۆیە دەبێت دەروونت تاقیبکەیتەوە، بۆئەوەی لەو لاوازییە ڕزگارت بێت.

ئەوەش قسەی (عەلی کوڕی ئەبو تالب)ە، کە بەم شێوەیە فێرمان دەکات چۆن لە نەفسی خۆمانەوە دەست پێبکەین، چونکە نەفسی خۆمان دەروازەی کارەکانمانە.

١٩- پەلەمەکە لە کارکردن:

دەبێت تۆ (خودای) گەورە بە لێپرسراوو چاودێری سەرەتاو کۆتایی بزانیت، متمانەدار بە لە لای لێپرسراوەکەت، کارەکەت بە چڕوپڕی، ئەنجام بدەو بەسەر پێیانە بەڕێی مەکە، چونکە تۆ کارێکت پێ سپێردراوە لە بەشەکەت، کەواتە ئەگەر پەلەکردن کارەکانت خراپ بکات، ئەوا هیچ هۆکارێك نییە بۆئەوەی پەلە بکەیت.

٢٠- مەشڵەژێ:

لەو کاتەی بەڕێوەبەرەکەت، یان یەکێك لە هاوکارەکانت چەند تێبینییەکت ئاراستە دەکەن، وەکو بیرهێنانەوەیەك، مەشڵەژێ، یاخود بێزار مەبە، چونکە ئەمە بیرخستنەوەیەو سوود بە باوەڕداران دەگەیەنێت، کەواتە بە دژایەتیو مەبەستێکی خراپ وەری مەگرە، چونکە ئامانج لەم تێبینیانە لە بەرژەوەندی تۆو کارەکانتە، بۆیە وا چاکە بە گیانێکی بەرزو بەڕێزەوە وەری بگریت.

٢١- فەرامۆش نەکردنی داواکارییە کەسییەکانت:

کاتێك بەڕێوەبەری کارەکەت ڕووی داخوازییەکانی لە تۆ دەکات بۆ بەرەوپێشبردنی کارەکەت، یان پێشنیارێك دەخاتە بەردەمت، کە پەیوەندی بەکارەکەتەوە هەیە، هەوڵبدە لەو کاتانە واز لە سکاڵاکردن بێنە، لە بەرامبەر هاوڕێیەکانت، یاخود بارودۆخەکە، بە هۆی زۆری کارەکانت، لە هەمان کاتدا داخوازییە کەسییەکانی خۆشت فەرامۆش مەکە، بەڵام بەشێوەیەکی لۆژیکیو گونجاو لە شوێنی خۆیدا.

٢٢- وەك مێرووله مەبە:

وەك مێرووله ڕووگرژو بەسکاڵا مەبە، چونکە ئەو ترسنۆکە لە ڕزقو ڕۆزییەکەی خۆی، بەڵکو وەك باڵندەبە، کە بە جوانترینو خۆشترین ئاواز دەجریوێنێو لە شەقەی باڵەکانی دەداتو لەو چڵ بۆ ئەو چڵ لەگەڵ ئەوەی بەیانیان بە برسییەتی دەڕوات، بە تێروپڕیش دەگەڕێتەوە بۆ هێلانەکەی، کە (خودای) گەورە ڕزقی دەدات.

دەی تۆش زەردەخەنە بنوێنەو غەمو پەژارەی دنیا لەسەر شانی خۆت کۆمەکەرەوە، چونکە خۆشبەختی زوو دێتو متمانەت بە هێز بکە بە (خودای) خۆت، کە ئەو دۆستو ڕۆزی دەرتە.

٢٣- ئارەزووە خراپەکانت بە عەقڵت بکوژە:

ئەگەر دڵسۆزیت با دڵسۆزییەکەت بگاتە سنووری وەفا، ئەگەر قسە لە ڕوویتو ڕاشکاوانە قسەدەکەیت، با ڕاشکاوییەکەت بگاتە سنووری دانپێدانان، ئەگەر بیرۆکەیەك یاخود ئامۆژگارییەکت لە لابوو ئەوا بەشێوەیەکی سەرنجڕاکێشو نەرمو نیان بیخەڕوو، دەروونیشت بە هێزبکەو بە گومانیش مەبە لە کەسانی تر، با مامەڵەشت لەگەڵ هاوڕێیەکانت میانڕەوانە بێتو موبالەغەی تێدا نەبێت.

بزانە نەرمو نیانی پەردەیەکی داپۆشەرە، عەقڵیش بڕەرێکی بەهێزە، کەواتە ڕەوشتت بە نەرمو نیانیت داپۆشەو ئارەزووە خراپەکانیشت بە عەقڵت لەناو ببە.

٢٤- بەدەستنەهێنانی ئامانجەکانت ساردت نەکەنەوە:

ئەگەر هەموو هەوڵو توانای خۆت خستەگەڕو ئەوەی لە تواناتدا هەبوو کردت، دواکەوتنی ئەنجامو بەرهەمەکان خاوت نەکەنەوە، چونکە بێگومان (خودای) گەورە لە کۆتاییدا ئەنجامێکی باشو ئەرێنیت پێدەبەخشێت، بۆیە با ئارامگرتن بەردەوام هاوڕێی ڕێگای سەرکەوتنت بێت.

٢٥ ـ بە هیوابە:

ژیان بەبێ هیواو ئارەزوو بێ نرخە، بەڵام پێویستە هیواو ئارەزووەکانمان شیاوو گونجاو بێتو لە سنووری توانای خۆمان بێت، تاوەکو بە ئاسانی بتوانین بەدەستیان بهێنین.

٢٦- ئەوەی کە پێتە پێشکەشی بکە:

بەر لەوەی داوای پاداشتو پلە بەرزکردنەوە بکەیت، ئەوەی لە تواناتدایە بەبێ کەمتەرخەمی بیبەخشە، تاوەکو داواکارییەکانت قبوڵ بکرێتو پلەیەکی بەرزتر وەربگریت لە لێپرسراوییەکەت لە پلەی ئێستاتدا.

٢٧- زەردەخەنە، چەکە وێرانکەرەکە:

ئایا ئەو چەکە بەهێزەت تاقی نەکردۆتەوە کە هیچ یەکێك لە چەکەکانی تری دروستکراوی دەستی مرۆڤ ناتوانن کاریگەری وەك ئەو بەجێبهێڵن؟!!!

جا لە ئێستاوە تۆ بەکاری بهێنە هەر لە سەرەتای جەنگەکەو دوای مەخە بۆ دوای جەنگ، بەڵام پێویستە لەگەڵی هەندێ هونەرو تەکنیك بە کاربێنیت! ئایا نەتزانی ئەو چەکە چییە؟ ئەو چەکە زەردەخەنەیە، بەڵێ بەڕاستی جادوگەرێکی گەورەیەو دەتوانێت ئەو شتە بەدەستبهێنین، کە هەموو زمانەکانی سەر ڕووی زەوی ناتوانن بە دەستی بهێنن.



ئەگەر مرۆڤ پلانی نەبێت، دەبێت بە بەشێك لە پلانی کەسانی دی!

هەڵکەوت بورهان

دیارە مرۆڤ وەك بونەوەرێکی ژیر، ژیانی پێویستی بە بەرنامەو پلان هەیە، بۆ ژیانێکی سەرکەوتووش پێویستە مرۆڤ سەرەتا بەرنامە دابڕێژێت، پاشان بەرنامەکە بنوسێتەوە، پاشانیش جێبەجێی بکات، سەرەتای دارشتنی هەموو بەرنامەیەکیش دیاریکردنی ئامانجە.

ئەوەی مەبەستمە لێرەدا باسی بکەم ئەوەیە، ئایا بۆ لە ڕووی سایکۆلۆژییەوە مرۆڤ دەبێت کار بۆ ئامانجێك بکات؟ چ ئەو ئامانجە خۆی دایناپێت، یاخود ئامانجی کەسانی دیکە بێت؟ ئایا ئامانج لە ژیانی ئێمەدا چ سودێکی هەیە؟؟ ئایا ئەو کاتەی مرۆڤ لە بە دەستهێنانی ئامانجێکدا سەرکەوتوو دەبێت، هەست بە چی دەکات؟

مرۆڤ وەك بوونەوەرێکی دروستکراوی پەروەردگارە، دەبێت هەمیشە لە ژیانیدا کار بکات، یاخود هەوڵبدات پاشان دەتوانێت دەسکەوتی هەبێت وەك پەروەردگار دەفەرموێت: (وأن ليس للإنسان إلا ما سعى) واتە مرۆڤ بێبەرهەمە تاوەکوو هەوڵ نەدات، واتە مرۆڤ دەبێت کار بکات، کارکردنیش بۆ خۆی ئامانجەو ئامانجیش کارکردنی دەوێت، واتە هەمیشە مرۆڤ ئامانجی کار کردنی هەیەو دەبێت کار بۆ ئامانجەکەی بکات، کەواتە ئەگەر کار بۆ ئامانجەکەی نەکات ناتوانێت بژی، چونکە ژیان پێویستی بە هەوڵدانو کارکردن هەیە، بۆیە دەبێت مرۆڤ کار بۆ ئامانجێك بکات، کاتێك مرۆڤ ئامانجێك دیاری دەکات، ئیدی دەستبەکارکردن دەکات، چونکە دیاریکردنی ئامانج پێویستی بەکارکردن هەیە، چونکە ئامانج کاری بۆنەکەیت نابێت بە ئامانج، تەنها لە خانەی حەزو ئارەزووودا دەمێنێتەوە، ئەگەر مرۆڤ ئامانجی هەبوو کاردەکاتو هەوڵدەدات، بەمەش مرۆڤ چالاك دەبێت، ئەمەش سوود بە دەوروبەرەکەی دەگەیەنێتو سودی بۆخۆشی هەیە، چ لەڕووی مادییەوە بێت چ لەڕووی دەروونییەوە بێت، لە ڕووی دەروونییەوە ئاسودە دەبێت، چونکە هێندەی ئەنجام نەدانی کارێك ماندومان دەکات، ئەنجامدانی هێندە ماندومان ناکات، مرۆڤ کاتێك لە بەدەستهێنانی ئامانجێکدا سەرکەوتوو دەبێت هەست بەوە دەکات کە شایەنی ڕێزو خۆشەویستییە، بۆیە لەو کاتەدا ڕێزی بۆ خودو خۆشەویستی بۆ خود زیاد دەکات، خۆی پێ قبوڵ دەبێتو ڕازی دەبێت بە خودبونی، ئەمەش ئارامی دەروونی پێدەبەخشێ و ئاسودە دەبێت هەر لەبەر ئەمەشە مرۆڤ هەمیشە، هەوڵدەدات بۆ بە دیهێنانی ئامانجەکانی و دەیەوێت سەرکەوتووبێت!



کام لە ئەندامەکانی جەستە، لە هەموویان گرنگترە؟

دایکم بەردەوام ئەم پرسیارەی ئاراستە دەکردم: (کام لە ئەندامەکانی جەستەت، لە هەموویان گرنگترە؟) ڕۆژو مانگەکان تێپەڕین، بەڵام من نەمتوانی وەڵامێکی دروست بدەمەوە، هەر ئەندامێکم دەستنیشان دەکرد، دایکم دەیگوت، ببورە وەڵامەکەت هەڵەیە، ڕۆژێك بیرم کردەوەو گوتم، دەنگ بۆ مرۆڤ زۆر گرنگە، ڕۆیشتمە لای دایکمو پێمگوت: گرنگترین ئەندامی مرۆڤ گوێچکەیە!

لە وەڵامدا گوتی: نەخێر، ئەوەتا زۆرێك لە خەڵکی توانای بیستنیان نییە، (کەڕن)، بەڵام ژیانیان ئاسوودەو کامەرانە.

بۆ ماوەیەکی تر بیرم کردەوە، چەند مانگێك بەسەر وەڵامی یەکەممدا تێپەڕی، پێش ئەوەی دایکم پرسیارەکەی دووبارە بکاتەوە هەوڵمدا وەڵامێکی دروست ئامادە بکەم، بیرۆکەیەکی گرنگم بۆ دروست بوو، گەیشتمە ئەو بڕوایەی کە چاو گرنگترین ئەندامی مرۆڤە، چونکە مرۆڤ بەبێ چاو ناتوانێت جوانی سروشتو دەوروبەرو تەنانەت ڕووخساری خۆشی ببینێت، ڕۆیشتم بۆ لای دایکمو پێم ڕاگەیاند کە گرنگترین ئەندامی جەستەی مرۆڤ چاوە..

دووبارە دایکم بە نەخێر وەڵامی دامەوە، وتی: دەبینیت زۆرێك لە خەڵکی نابینانو ژیانیشیان زۆر ئاساییە.

منیش لە گەڕان بە دوای وەڵامی دروستدا بەردەوام بووم، دیسان چەند مانگێك تێپەڕی، دایکم چەندینجار ئەم پرسیارەی ئاراستە کردم، منیش هەر وەڵامێکم دەدایەوە، دایکم دەیگوت ببورە ئەوەشیان نییە، بەڵام لەگەڵ تێپەڕینی ئەو هەموو مانگو ڕۆژانە، تێگەیشتنو ژیریو زیرەکیم زیادی کرد، لەو ماوەیەدا باپیرم کۆچی دوایی کرد، هەمووومان بە جیابوونەوەو ماڵئاوایی یەکجارەکی باپیرەم زۆر نیگەران بووین، ماوەیەکی زۆر چاوەکانمان ئەسرینی بۆ جیابوونەوەی باپیرەمان هەڵدەوەراند، دووبارەو لەو ساتەدا دایکم پرسی: خۆشەویستەکەم ئێستا زانیت گرنگترین ئەندامی جەستە کامەیە؟

تاسام، کە لەو کاتە ناسکەدا دایکم ئەو پرسیارەی لێکردم، چونکە من هەمیشە لەوەو پێش وامدەزانی کە ئەم پرسیارو وەڵامە یارییەکە لە نێوان منو دایکمدا، لە ڕووخسارمدا بێزاری بەدیکرد، وتی: ئەم پرسیارە زۆر گرنگە، ئەمە واتای ئەوەیە کە تۆ وەکو پێویست ژیانت گوزەراندووە، بە چاوە ماتو خەمناکو پڕ لە ئەسرینەکانی سەیرێکی کردمو وتی: خۆشەویستم، گرنگترین ئەندام لە جەستەماندا شانە! پرسیم: ئایا لەبەرئەوەی کە شانمان سەرمانی ڕاگرتووە؟

وەڵامی دایەوە نەخێر، لەبەرئەوەی شان دەتوانێت سەری هاوڕێیەك، یان خۆشەویستێکت ڕاگرێت، لە کاتێکدا کە دەگریو خەمناکەو پێویستی پێتە!

هەر یەکێك لە ئێمە پێویستمان بە شانێکە بۆئەوەی لە کاتی نەخۆشیو بێتاقەتیو خەمناکیدا، سەرمانی لەسەر دابنێین، کوڕی شیرینم.

من تەنها ئاواتەخوازم ئەوەندە دۆستو خۆشەویستت هەبێت کە خاوەنی ئەو شانانە بن، کە لە کاتی پێویستدا سەرت لەسەر شانیان دابنێت.

ئەو کاتە من تێگەیشتم کە گرنگترین ئەندامی جەستەمان، ئەندامێکی خودپەسەندی نییە، بەڵکو ئەندامێکی شاراوەیە، بۆ هەڵگرتنی ئازارو خەمەکانی دەوروبەرو دۆستانو ئەزیزانمان.

ئا: م. هاژە شێروانی

چۆنییەتی پارێزگاریکردن لە کڕیار

لە سەدەی بیستو یەكو لە زەمەنی ڕکابەری قورسو توندوتیژدا، چەمكی پارێزگاریكردن لە كڕیار قوربانی زیاتر داوە لە چەمكی زیادكردنی ژمارەی كڕیارەكان، بەڵكو هەندێك توێژینەوەهەن باس لەوە دەكەن كە ڕێژەی تێچوون لە نێوان دەستخستنی كڕیاری نوێو پارێزگاریكردن لە كڕیاری ئێستا، بۆ ڕێژەی (٧ — ١) دەبێت، هەروەك پارێزگاریكردن لە كڕیار هەر بە تەنها فرۆشتن زیاد ناكاتو پشكی بازاڕی ناپارێزێت بەڵكو تێچوونیشی كەمترە!

لەگەڵ سەردەمی تەنگژەی ئابووری جیهانی زەرەرمەندبوونت بە لە دەستدانی یەك كڕیار بە واتای زۆرتر نزیك بوویتەوە لە زیان، ئەمەش بە واتای نەتوانینتە لەسەر پاراستنی كڕیارەكانت، لەم كاتەدا بە واتای كاتژمێری جێهێشتنی دونیای كارەكانت نزیك بۆتەوە، هەروەك لەم بابەتەماندا هەوڵدەدەین كە هەندێك ئامۆژگاری پێشكەش بكەین كە خاوەن كارو بازرگانان ...هتد، سوودمەند دەبن لێی بۆ پارێزگاریكردنیان لە سەر كڕیارەكانیان، لە سەرەتاشدا پێویستە لەوەتێبگەین كە كەمكردنەوەی نرخەكان لەوانەیە بۆماوەیەكی كورت خایەن خزمەتت بكات، بەڵام دڵنیابە كە چارەسەری درێژخایەن نییە، چونكە ناتوانیت قازانجێكی كەم، یان زیانێك بۆ ماوەیەكی دوورو درێژ هەڵبگریت، كەواتە چۆنو بە چ شێوازێك دەتوانین پارێزگاری لە كڕیارەكانی ئێستامان بكەین؟ ئەم خاڵانەی خوارەوە ئەم شێوازانەمان بۆ دەخاتە ڕوو كە بریتین لە:

١- هەڵسە بە هێوركردنەوەو دامركاندنەوەی ترسی كڕیار:

لێرەدا كڕیار بە زیادبوونی هۆشیاری قوربانیدەدات بە هەر وشەیەك كە گوێبیستی دەبێت لە بازرگانێك، یان لە ڕێگای ڕیكلامە بازاڕسازییەكان، هەروەك لەم ماوەیەدا كە مەترسییەك كۆنترۆڵی دەكات ئەمەش هەمیشە لە خزمەتی دوای فرۆشتنەوە دەبێت، بە ڕوانین لەم تەنگو چەڵەمەی كە ڕووبەڕووی بۆتەوە لە مامەڵەكردن لەگەڵ كەسانی تر، هەر بۆیە پێویستە لەسەرت كە لەم ترسەت تێبگەیت كە لە دەرەنجامی تاقیكردنەوەی، یان قسەی كڕیارێكەوە گوێت لێدەبێتو ئامادەبە بۆ لێدوان لەسەر ئەوەی كە ڕۆژ لە شوێنێك هەڵدێتو تاریكی بۆ شوێنێكی تر دێنێت، كەچی ڕۆژ هەر هەیە.

لە پاشاندا هەڵسە بە چەسپاندنی ئەوەی كە تۆ ڕۆژەكەیت لە ڕێگای تاقیكردنەوەی پراكتیكی، مرۆڤیش بە سروشتی خۆی حەز بە ڕووناكی دەكات، لە دواییدا كۆشش دەكات بۆی تا پێویستی بە شتێك بێت كە پێشكەشی بكات، یان بیفرۆشێت، ئەوا دەبێت كە وەكو كۆمپانیاو نوێنەرانی فرۆشتنی ئاگاداری ڕەفتارو مامەڵەكردنی بێت لەگەڵ كڕیارەكانیو هەروەها ئەو خزمەتانەشی كە لەگەڵ فرۆشتن، یا دوای فرۆشتن پێشكەشی دەكات، ئاگاداری متمانەیان بێت كە بە ئاسانی لە دەستی نەدات.

٢- زیانەكانی ڕابردووی بۆ شیبكەرەوە:

هەمیشە وادەبێت كە كڕیارێك دێتو زیانەكانی خۆیت پێدەڵێت لە تاقیكردنەوەی پێشووی لەگەڵ ڕكابەرێكت، یەكسەر بیروڕای خۆت دەرمەبڕە بەوەی كە نازانێت چۆن شت بكڕێت، چونكە لەم كاتەدا متمانەی بە خوودی خۆی لە دەستدەدات، لە دواییدا بەم شێوەیە متمانە لەسەر هەموو كەسێك لە دەستدەدات، هەروەك دەڵێن: هەر كەسێك خودی خۆی ون بكات ئەوا هەموو خەڵكی ون دەكات.

لە دوایشدا پێشبینی ئەوە مەكە ئەم كڕیارە متمانەت پێبكات، چونكە لە ئاستی كەسی زیان لێكەوتووە، لە یادت بێت كە جیاوازی هەیە لە نێوان ڕەخنەو وێرانكردن، هەر بۆیە ڕەخنە لە كەسی تر، یان فرۆشیاری تر، یا دامەزراوی تر مەگرە، چونكە هەمان دەرەنجام پێیدەگات، بەڵكو هەڵسە بە گێڕانی ڕۆڵی ڕاهێنەرێكو هەڵەكانی بۆ شیبكەرەوە كە تێیكەوتووە. چۆن دەتوانێت لە داهاتوو لەم گرفتانە بە دوور بێت، هەوڵبدە كە زیاتر ئاگاداربیت بەوەی كە ڕەخنە لە هەڵوێستە نەشیاوەكان بگریت، نەوەكو لە كەسایەتی كەمبكەیتەوە، كە ئەمەش پێویستی بە جۆرێك شارەزایی هەیە لە بواری دەروونناسیو شێوازی

مامەڵەکردن لەگەڵیان، ڕوونیشە کە ئەمانەت دەستدەکەوێت کاتێك کە کارمەندەکانی دامەزراوەکەت مەشقپێکردووە لەسەری.

٣- هانیبدە لەسەرئەوەی کە دەیەوێتو نزیکە لە خەونەکانی:

هەندێجار وادەبێتو کڕیارێك دێتە لاتو وێنەی بەرهەمێکی لە خەیاڵی خۆی کێشاوە کە لەگەڵ نرخەکەی ناگونجێت، لە گەورەترین هەڵەکانی کە فرۆشیار، یا پێشکەشکاری خزمەت تێیدەکەوێت ئەوەیە کە گاڵتە بەمجۆرە خەونە، یا داواکارییانەی بکات، لێرەدا پێویستە لەسەرت کە پێی ڕابگەیەنیت کە داواکارییەکەی زۆر جوانو بەجێیە، بەڵام بەداوای لێبووردنەوە لێرەداو بەم نرخە دەستناکەوێت کە پلانت بۆی داناوە.

بەمشێوەیە بەردەوامبە لە قسەکردن بە ڕوونکردنەوەی ئەوەی کە ئەم نرخە لە هەموو ناوچەیەك نییە، بەڵام دەتوانیت بەدوایدا بگەڕێیت، لەسەر هەمان خاڵیش، بەڵام بەشێوەیەکی پێچەوانە کڕیارت بۆدێت کە دەزانێت شتێکی سادەی دەوێتو دەستدەکات بە ڕوونکردنەوەی قەبارەی داواکارییە بچوکەکەیو لەسەریەتی کە بیر لە شتی گەورەتر بکاتەوە، شێوازێکە کە داهاتێکت بۆ دەستەبەردەکاتو ئەوەش بزانە کە لە دەستی نادەیت.

٤- بیر لە خستنەڕووی هاندەرانێك بکەوە، بۆ کڕیاری گەڕاوە: هەندێك دەڵێن: کە یاسای (٨٠ — ٢٠) لەسەر فرۆشتنو کڕیار جێبەجێدەبێت، بە جۆرێك کە ٨٠٪ی داهاتی چالاکییە بازرگانییەکان بە تەنها لە ٢٠٪ی لە کڕیارەکانەوە دێت، ئەمەش بە مانای ئەوەی کە گرنگی کڕیاری دووبارە بووەوە (کە بۆ کڕین دووبارە دەگەڕێنەوە)، زۆر گرنگەو تا گەڕانەوەکانی زیادبکات بەهای کڕین لە لای ئەو زیاد دەکات، هەر بۆیە پێویستە بە شێوەیەك داشکاندن پێشکەش بەو کڕیارە بکەین کە کڕینی دووبارە دەکاتەوە.

هەر بۆ نموونە کە داشکانێك پێشکەش بکەیت بە کڕیارێك کە بایی (١٠٠٠$) شتی کڕیوە دەگاتە ڕێژەی ٥٪ و کاتێك کە دەگاتە (٨٠٠٠$)ە ئەوا داشکاندنەکە دەبێتە ٨٪ لەسەر هەر بڕێکی زیاتر کە بیکڕێت، هەر بەمجۆرە زامنی ئەوە دەکەیت کە ئەم کڕیارە تیشك دەخاتە سەر کڕین لە تۆو کۆمپانیاکەت، ئەمەش بە واتای زیادبوونی ڕێژەی فرۆشتن بۆ ٨٠٪ لەم کڕیارە گەڕاوەیەو لە دوایشدا زیادبوونی ڕێژەی فرۆشتنی گشتی هەروەك دەتوانرێت کە سیستەمی تر بەکاربێت وەکو دیاری لەگەڵ هەر کڕینێك، یان دەرفەتی ڕاکێشانی هەر کۆبۆنێکی کڕینو ....هتد.

٥- ئەگەر کرا بیر لە شێوازی کۆمەڵەی بەرهەمەکانت بکەرەوە: ئەمە لە کاتێکدا کە سەرمایەکەت ڕێگەی پێدایت بە جۆراوجۆری کردن لە بەرهەمەکان بە شێوەیەك کە پەیوەندیدارن بە یەك، ئەوا یارمەتیدەر دەبێت لە دروستکردنی کڕیاری گەڕاوە، ئەم سیاسەتەش هەر یەك لە گۆگڵو یاهوو جێبەجێیان کردووە، بۆ نموونە سەردانی گۆگڵ دەکەیت بۆ گەڕانو ئیمەیڵو نەخشەو ...هتد، لە هەمان کاتیشدا کۆمپانیاکانی گەیاندن جێبەجێیدەکات، چونکە خزمەتی مۆبایلو چارەسەری کارەکانو ئینتەرنێت پێشکەشیدەکات، هەتاوەکو ئەگەر چالاکییە بازرگانییەکانی بچوکیش بوو، ئەوا دەتوانی بیر لە بنیاتنانی ئەم کۆمەڵەیە بکەیتەوە، بەڵام تەنها کەمێك وردبینی پێویست دەبێت.

٦- شێوازی مامەڵەکردنت لەگەڵ کڕیارەکان یەکبخە: هەندێك دەڵێن: کە کڕیار پێویستە مامەڵەی لەگەڵ بکرێت بە گوێرەی هێزی کڕینی، دەبینی کە پیاهەڵدانو قسەی خۆش لەگەڵ ئەو کڕیارەی کە خاوەن هێزێکی کڕینی گەورەیەو شێوازی پەلەپەلو خۆبەزلزانینیش وێرانکەرە، چونکە لەوانەیە خاوەن هێزی کڕینی لاواز هاوڕێی خاوەن هێزی کڕینی گەورە بێت، بە جۆرێك کاریگەری دەخاتە سەر کە لەوانەیە لە دەستی بدەیت.

هەر بۆیە من پێشبینی ئەوە لە پیاوانی فرۆشیار دەکەم کە بە هەمان متمانە مامەڵە بکات لەگەڵ هەر دوولا بە بێ زیادەڕۆییکردنو گرنگی بدات بە تەواوکردنی پرۆسەی فرۆشتن هەرچەندە کە بەهاکەی جیاوازبێت.

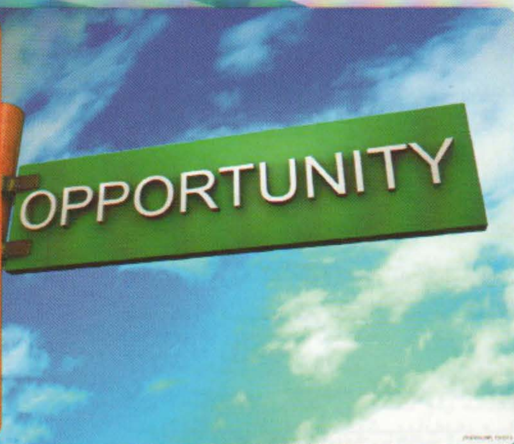
ئەم ئامۆژگارییانەش کاریگەرن، جا بە هەر شێوەیەك بێت جۆری ئەو چالاکییە بازرگانییەی کە پێی هەڵدەستێت، لە یادت بێت کە کڕیار بنەمای کارەکانتەو نەبوونیان بە واتای لە ناوچوونی چالاکی بازرگانیت، لە هەمان کاتیشدا دەبینین کە زۆرێك کۆشش دەکەن بۆ دەستەبەرکردنی کڕیارێکی نوێ لە ڕێگای ڕیکلامو تێچوونی زیاترو لە ناکاو تووشی ئەوەدەبن کە زەرەرمەندبوون بە هاتنی کڕیاری نوێ.

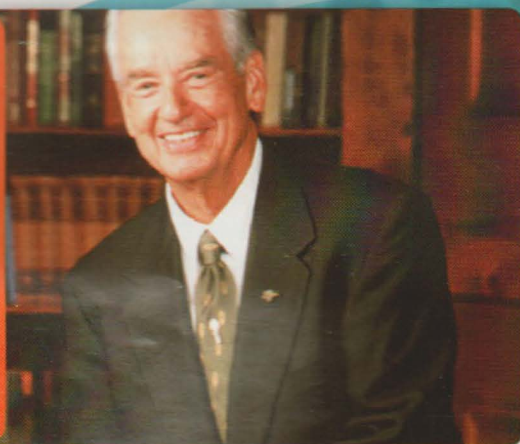
بەسوود وەرگرتن لە گۆڤاری (زبائن مدى الحياة)

گەشەپێدان





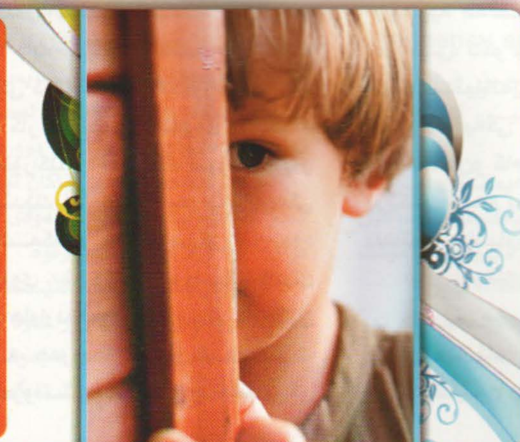


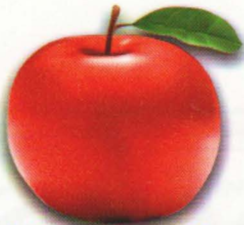












ڕۆشنبیری تەندروستی!

بنیاتنانی نەریتە تەندروستییە ڕاستەکان



ن: د.حسان شمسی پاشا
و: یەحیا محەممەد عەلی

أ- گرنگی خۆراك لە ژیانی مرۆڤدا:

گومانی تێدا نییە کە خۆراك گرنگییەکی زۆری هەیە، لە ژیانی مرۆڤدا، خۆراك ئەو پێداویستییەیە کە مرۆڤ پشتی پێدەبەستێت لە بنیاتنانی جەستەو مێشكو گەشەکردنیدا، لەگەڵ ئەوەشدا زۆرێك لە نەخۆشییەکان کارگەی بەرهەمهێنانیان ئەو خۆراکانەیە کە بەکاریاندەهێنین، دەگونجێت مرۆڤ لە ڕێی خۆراکەوە، دووچاری نەخۆشییە جۆراوجۆرەکان ببێت، کە سادەترینیان نەخۆشییەکانی وەك (هەستیاری، (حەساسیەت)، تاکو دەگاتە نەخۆشییەکانی وەك خوێنبەرەکانی دڵو شەکرەو قەڵەویو بەرزی پەستانی خوێنو شێرپەنجەو ...هتد.).

جیهانی چواردەورمان لەم ساڵانەی ڕابردودا، گۆڕانێکی بنەڕەتی بەسەرداهاتووە، بە جۆرێك کە شێوازێك لە ژیانمان بەسەردا سەپێنراوە، کە لەوەو پێش نەمانبینیوەو بە خەیاڵو ئەندێشەشماندا نەهاتووەو جێگەی بایەخپێدان نەبووە، ئێستا شێوازێکی نوێ لە ژیان دەگوزەرێنین، لە ئەنجامدا کار گەیشتووەتە ئەوەی زۆرێك لە خەڵکی خۆراکێك دەخۆن کە سوودی بۆیان نییە، هەندێك لە خەڵکی بە جەستەیەکی قورسو شەکەتو بە هەرسێکی خراپەوە ڕووبەڕووی شوێنی نووستنەکانیان دەبنەوە، هاواردەکەن بە دەست بارەکانی سەرئێشە، هەروەها لە ڕۆژیشدا هەست بە تەندروستیو چالاکیو لەشسوکی ناکەن، بەڵکو وا هەست دەکەن لە تەمەنی ڕاستەقینەی خۆیان گەورەترن.

بەڕاستی بیروباوەڕی (مرۆڤ بەندەی ئەو خۆراکانەیە کە دەیخوات)، بووەتە بیرێکی زاڵ بەسەر ڕای گشتیو ژیانی زۆرێك لە خەڵکیدا، کار گەیشتووەتە ئەوەی کە دەڵێن: (پێم بڵێ چی دەخۆیت؟ پێت دەڵێم تۆ کێیت)!

خۆراك لە ڕابردوودا بەشێوەیەکی سەرەکی پێکهاتبوو لە دانەوێڵەو سەوزەواتو میوەهاتو کەمێك لە گۆشت، بەڵام شارستانییەتی نوێ تێگەیشتنی بۆ خۆراك پێچەوانە کردووەتەوە، بە جۆرێك زۆرێك لە خەڵکی زیادەڕۆیی دەکەن، لە بەکارهێنانی گۆشتو ڕۆنو شیرینیو کێكو خۆراکە خێراکان، خۆراکی ئامادەکراوی لە قوتونراو، نێوانیان لەگەڵ دانەوێڵەو سەوزەواتو میوەهات زۆر ساردو سڕە!

ئەوەش ڕێکخراوی تەندروستی جیهانییە هەڵساوە بە دانانی هەڕەمێکی خۆراکی، تاکو بزانین کام خۆراکانە لەو خواردەمەنییانەیە، کە پێویستە بیکەینە سەرچاوەیەکی سەرەکی بۆ خۆراکی ڕۆژانەمانو کام خۆراکانەش تەنها بە بڕێکی کەم بخورێت، (لە ژمارەکانی داهاتوودا باسیان لێوە دەکەین).

ب- خۆراكو نەخۆشییەکان:

خۆراکی سەردەمی نوێ بە خۆراکێکی نا تەندروست ناسراوە، نەخۆشییە دیارەکان، هۆکارەکانیان زۆرخۆریو تێکچوونی هاوسەنگییە لە خواردندا، لە پێشەوەی ئەو هۆکارانەیە کە خەڵکی بەرەو مەرگ دەبات لە ڕۆژئاوادا.

نەخۆشی خوێنبەرەکانی دڵ، لە نموونەکانی ئەم نەخۆشییانەیە، بە جۆرێك ساڵانە یەك ملیۆنو نیو کەس لە ئەمریکادا دووچاری جەڵتەی دڵ دەبن، زیاد لە نیو ملیۆنیان ساڵانە دەمرن.

بە هەمان شێوە خۆراك ڕۆڵێکی کاریگەر دەبینێت لە تووشبوون بە ژمارەیەك نەخۆشی، وەکو شێرپەنجەی کۆڵۆنو مەمكو پرۆستات.

هەروەك چۆن زیادبوونی پەستانی خوێن (زەخت، کە نەخۆشییەکی دیکەی پەیوەندیدارە بە خۆراکەوە، تووشی (٨٥)ملیۆن کەس بووە لە ئەمریکادا)!

لێکۆڵینەوە نوێیەکان جەخت لەسەر ئەوە دەکەنەوە کە کلۆربوونو ڕزینی دانەکان، کە لە گرنگترین هۆکارەکانی زیادەڕۆییە لە خواردنی شیرینی، تووشی بەشێکی زۆری منداڵانی خوار تەمەن نۆ ساڵان بووە.

- فرەجۆری لەسەرچاوەکانی خۆراکدا، بریتییە لە ڕێگەی گەیشتن بە هەموو پێکهاتە خۆراکییە پێویستەکانی تەندروستیت.

- فرەجۆری لە سەر خواردنی توێکڵی خۆراکی ڕۆژانە، لەبەرئەوەی جوڵەی ڕیخۆڵەکان ڕێکدەخات.

- خواردنی ماسی لە تووشبوون بە نەخۆشییەکانی دڵ، دەتپارێزێت!

ئا: دکتۆر سۆران محەممەد غەریب



مەترسییەکانی مۆبایل، لە ڕووی تەندروستییەوە..

بەشی یەکەم

- لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا بە دەگمەن کەسێك دەبینیت مۆبایل بەکارنەهێنێت، بەکارهێنانی مۆبایل بووە بەشتێکی بڵاو، بەڵام دەزانیت کە مۆبایل شەپۆلێك دروستدەکات کە هەمان سیفاتی ئەو شەپۆلە وردانەی هەیە کە فرن دروستی دەکات، کە پێی دەگوترێت: (مایکرۆوەیڤ) کە لە فرندا ئەو شەپۆلانە گەرمییەك دروستدەکەن کە خواردن دەکوڵێنێت.

-ئەوەی ئێستا تاکە ئەوەیە بە درێژایی مێژوو کە لاشەی دەخاتە مەترسییەوەو خۆی دەداتە بەر شەپۆلی ڕادیۆیی بەرز(٢٠٠٠ میگا هێرتز) شەپۆلی مۆبایل (٣٠٠ میگا هێرتز.

- کاتێك مۆبایلەکەت تەلەفزیۆنی بۆدێتو تۆ لە پەنای تەلەفزیۆنێکدا، یان کۆمپیوتەرێکدا بیت، سەرت سوڕ دەمێنێت کە وێنەی سەر شاشەی تەلەفزیۆنەکە، یا کۆمپیوتەرەکە تێکدەچێت، یان ئەگەر لە پەنای ڕادیۆیەکدا بیت، چۆن دەنگی ڕادیۆکە تێکدەچێت، ئەمەش لەبەرئەوەی مۆبایل کاتێك تێلی بۆ دێت شەپۆلێك دروستدەکات ٠٫٠٢-٠٫٠٦ واتە کە ٤٠٪ ئەو شەپۆلانە لە لایەن دەستو سەرمانەوە هەڵدەمژرێت.

- تەنانەت مۆبایل ئەو شەپۆلانەی لە ڕادیۆ دەردەچن دەگوازێتەوە بۆسەرمان، (١٠) جار زیاتر لە شەپۆلی ڕادیۆی ئاسایی، لە توانایدا هەیە لە دووری ٣٠ مەترەوە لە تاوەری ڕادیۆ شەپۆلەکانی ڕاکێشێت بۆ مێشك.

- زیاتر لە سەدان توێژینەوەی زانستی سەلماندویانە کە بەکارهێنانی مۆبایل بە هۆی شەپۆلەکانییەوە زیان دەگەیەنێت بە مێشكو گوێو چاو.

ئایا مۆبایل کاریگەری لەسەر چاو هەیە؟

بەڵێ شەپۆلەکانی مۆبایل گەرمی دەوری چاو بە ٣ پلە بەرزدەکەنەوە کە ئەمەش دەبێتە هۆی دروستبوونی ئاوی سپی چاو. توێژینەوەیەکی ئەڵمانی سەلماندویەتی کە پەیوەندییەکی بەهێز هەیە لە نێوان شێرپەنجەی چاوو بەکارهێنانی مۆبایلدا.

قسەکردن لەسەر مەترسییەکانی مۆبایل لەم ڕۆژگارەدا، وەکو قسەکردنە لەسەر مەترسییەکانی جگەرەکێشان، ٥٠ساڵ پێش ئێستا باسی مەترسییەکانی جگەرەکێشان دەکرا.

- نزیکەی ١٫٥ billion خەڵك لە جیهاندا مۆبایل بەکاردێنێت.

- تەنها لە ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا ١٠٠ ملیۆن بەکارهێنەری مۆبایل هەبووە لە ساڵی ٢٠٠٢دا.

- ژمارەی بەکارهێنەری ئاسیا لە عێراقدا (٩) ملیۆن کەسە.

- ژمارەی هەموو بورجەکانی ئاسیا لە عێراقدا نزیکەی ٣ هەزار بورجە.

- مۆبایل cell phone شەپۆلی (مایکرۆوەیڤ) بەکاردێنێت بۆ ناردنو وەرگرتنی(signal)ەکانی.

- شەپۆلی (مایکرۆوەیڤ) بەکاردێت بۆ کوڵاندنی خواردن لە فرندا.

- ئەم شەپۆلانە شانەکانی لەش دەبڕنو دەچنە ناو لەشو شانەکان گەرم دەکەن.

- مۆبایل (cell phone (Radiofrequency (Rf))) بەکاردێنێت کە تیشکێك دەردەکات پێی دەگوترێت: "ionizing radiation" کە دەتوانرێت لە لایەن شانەکانی لەشەوە بمژرێتو هەموو گەردەکان لێکجیابکاتەوە، لەبەرئەمەیە دەتوانێت شێرپەنجە دروستبکات.

- لە ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا، مۆبایل ٨٥٠- ١٩٠٠ megahertz (MHz). بەکاردێنێت.

- هێرتز frequency spectrums:

- لە ئاسیاسێڵ ٢ جۆر لە GSM Frequency بەکاردەهێنین، کە ئەوانیش GSM٩٠٠&GSM١٨٠٠

- لە ئەپرلی ٢٠٠٦ پەیمانگای سویدی لێکۆڵینەوەیەکی کرد لەسەر بەکارهێنانی مۆبایل لە نێوان ٩٥٠ کەس کەتووشی شێرپەنجەی مێشك بوون malignant brain tumors.

لە ئەنجامدا بۆیان دەرکەوت کە ئەو کەسانەی ڕۆژانە زیاتر لە یەك کاتژمێر مۆبایل بەکاردێنن، لە ماوەی ١٠ ساڵدا مەترسی تووشبوونی شێرپەنجەی مێشکیان ٣٫٧ جار زیاترە وەك لەوانەی مۆبایل بەکارناهێنن.

- هەروەها ئەم لێکۆڵینەوەیە دەریخست کە ئەگەری تووشبوونی شێرپەنجەی مێشك لەو گوێیەی کە مۆبایلی زیاتر تیابەکاردێت دوو ئەوەندە زیاترە.

- لە ٢١ مارسی ٢٠٠٥ Fox news & CNN News دکتۆر هێنری لێکۆڵینەوەیەکی بڵاوکردەوە (کە پرۆفیسۆرە لە زانکۆی واشنتۆن) دەریخست کە ئەو تیشکە ئیلیکترۆ مەگنەتیکانەی کە لە مۆبایلەوە دەردەچن دەتوانن DNA تێکبشکێننو شێرپەنجەی مێشك benign brain tumors دروستبکەن.

- تەنها لە ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا لە نێوان ١٠٠ ملیۆن کەس کە مۆبایل بەکاردێنن هەموو ساڵێك ٦٠٠٠ حاڵەتی شێرپەنجەی مێشك ڕوودەدات.

لێکۆڵینەوەیەکی ئوستورالی لەسەر مشك ئەنجامدراوە:

شەپۆلی (ڕادیۆ فریکوێنسی)ی مۆبایلیان لێدرا، بینرا ڕێژەی توشبونیان بە شێرپەنجەی مێشك دووئەوەندە زیادبوو بە بەراورد بەو مشکانەی شەپۆلەکەیان لێنەدرابوو.

- (Bloomfield) پرفیسۆر لە زانکۆی ڤیرجینیا وتی: مۆبایل لە هەموو کاتێکدا شەپۆل دەگوێزێتەوە کە هەڵکرابێت، هەرچەندە قسەشی پێنەکرێت، بەڵام ئەو شەپۆلانە زۆر زۆر زیاتر دەبێت کاتێك مۆبایلەکە قسەی پێدەکرێت.

- بەکارهێنانی (سماعەی خاریجی(سپیکەر) باشترە بۆئەوەی شەپۆلەکان لەسەرت نزیك نەبنەوە (٨ ئینچ) لەسەرتەوە دووربێت.

- هەرچەندە زۆر لە زاناکان توشی گرفت دەبن لە لێکۆڵینەوەدا، لەبەرئەوەی مۆبایل لە دوای ١٩٩٠ ەوە زیاتر بڵاوبووەوە.

- پرۆفیسۆر مایلد دەڵێت: لەوانەیە مەترسییەکانی مۆبایل زۆر لەوە زیاتر بێت کە ئێمە باسی دەکەین لەبەرئەوەی ئەو شێرپەنجەیە ١٠ ساڵی دەوێت تا گەشە دەکات.

OPPORTUNITY

دەرفەتسازی!

زاهیر زانا

هەریەك لە ئێمە چەندینجار ئەم پرسیارەمان کردووە، بۆچی کەسانێك لە کایەکانی ژیاندا شادو خۆشحاڵو سەرکەوتوونو لەبارودۆخیان ڕازینو خاوەنی دەسکەوتو بەرهەمی بەسودو بەکەڵکن؟ مرۆڤ گەلێکیش هەن شکستخواردو پەرێشانو خەمبارو ناڕازین لە ژین؟ ئەم پرسیارە لە دەرگای دڵی زۆرێکمانی داوەو زۆرجاریش وەڵامەکەی بەوە لێکدەدرێتەوە کە دەوترێت کەسە سەرکەوتووەکان شانسیان هەبووە! ئایا بەختەوەریو سەرکەوتن، شانسو بەختو ناوچەوانە؟ یاخود لێهاتوویيو وریایيو زیرەکییەو توانای سود وەرگرتنە لەو دەرفەتو هەلانەی کە دێتە ڕێگەمانو سەرەنجامی بڕیاری دروستو هونەری دەرفەت وەرگرتنە.

لێکۆڵەرەوەکانی بواری گەشەپێدانی مرۆیی، دوای لێکۆڵینەوە گەیشتونەتە ئەو بڕوایەی بۆ هەر مرۆڤێك ساڵانە سێ تا چوار دەرفەتی گرنگو چارەنوسساز هەڵدەکەوێت، جیاوازی نێوان سەرکەتوو شکستخواردووەکان لە ڕادەی کارامەییاندایە لە دەرفەت وەرگرتن لە دەرفەتەکان، بۆیە دەبێت وەك ڕاوچییەکی لێهاتوو زۆر زیرەکانە چاودێری ڕێڕەوی ژیانمان بینو بزانین نێچیرەکەمان لەچی ساتێکدا دەردەکەوێت.

ئەو مرۆڤەی لە دوای بارینی بارانی پایزو (پەڵە) فرسەت نەهێنێتو نەچێنێت، ئەوا هاوینی بێ خەلەو خەرمانە، چونکە کەمتەرخەم بووەو دەرفەتی لە دەستداوە.

دەبێت زۆر وشیارو بەئاگابین، سەرجەمی تواناکانمان گەر نەیان خەینە گەڕ، ئەوا دەڕۆنو دەفەوتێن وەك کانییەك ئاوی سازگار کە هیچ باخو بێستانێکی پێ ئاو نەدرێتو ئاوەکەی بە هەدەر بڕواتو سودو کەڵکی لێ وەرنەگیرێت، وەك لە کوردەواریدا وتراوە: (دەرفەت ئەفەوتێو ئەچێت بەڕێوە... تا تەنور گەرمە نانی بە، پێوە)، بۆیە تاتەنوری تەمەنو ژیانمان سارد نەبۆتەوەو گڕو بڵێسەی تواناکانمان نەبوونە ژیلەمۆ، با بە بەهرەو تواناکانمان نانی جوان بکەینەوەو پێی ببرژێنینو خۆمانو خەڵکانی تریش لێی بەهرەوەر ببینو هەلو دەرفەتەکان بقۆزینەوەو لە کاتی خۆیدا بتوانین بیرکردنەوەمان دروستبێو بڕیاری دروستبدەینو دەرفەت لە دەرفەتەکان بهێنینو نەهێڵین لە دەستمان دەربچێ، وەك لەم چیرۆکەدا وێنەکراوە (پیاوێك هەبوو خۆی بەبەدبەخت دەزانیو بڕیاریدا بچێت بۆ لای دانایەك بۆئەوەی لە بارەی بەختییەوە ئامۆژگاری بکات، بۆیە ڕێگای گرتە بەرو ڕۆیشت تاگەیشت بەشێرێكو لێی پرسی بۆ کوێ دەچێت، ئەویش هۆکاری سەفەرەکەی پێ گوتو شێرەکەش وتی: بۆ منیش پرسیاری ئەوەی لێ بکە کەسەرم ئازاری هەیە، بەڵکو چارەسەری منیش بدۆزیتەوە، پاشان ڕۆیشت تا گەیشتە لای کۆشکی پادشایەكو پاش باسو خواس ئەویش داوای لێکرد بۆ چارەسەری کچەکەی پرسیاری بۆ لە داناکە بکات، دوای ئەمەش گەیشتە جوتیارێکو ئەویش پێی دەڵێت: کە لەزەوییەکەدا هەرچی بڕوێنێت باش گەشە ناکات، بۆیە ئەویش داوای لێکرد بۆئەوەی داوای چارەسەری بۆ بکات، پاش ڕێگا بڕینێکی زۆر گەیشتە لای داناکەو هەموو پرسیارەکانی لێکردو وەڵامەکانی وەرگرتو گەڕایەوەو بەجوتیارەکەی گوت کە داناکە وتویەتی زەوییەکە ئاڵتونی تێدایەو بۆیە هیچی تێدا ناڕوێت، جوتیارەکەش وەك پاداشتێك کەبووە بە هۆی دۆزینەوەی وتی: وەرە با بەیەکەوە ئاڵتونەکە دەربهێنینو لە داهاتەکەی هاوبەشبین، بەڵام ئەم ڕازی نەبوو، وتی: کە دەڕواتەوەو بەختی خۆی پێ وتراوە، پاش ئەمە گەیشتەوە لای پادشاکەو دەرمانی کچەکەی پێگوتو خودا شیفای داو پادشا داوای لێکرد لای بمێنێتەوەە تا بیکاتە زاواو وەزیری خۆی، بەڵام ڕازی نەبوو، وتی: من تازە بەختی خۆم دۆزیوەتەوەو دەڕۆم، کەوتەوە ڕێ تاگەیشتەوە بەشێرەکەو تەواوی ڕووداوەکانی سەفەرەکەی بۆ گێڕایەوەو وتی: کەداناکە وتویەتی بۆئەوەی شێرەکە چاك بێتەوە پێویستە پیاوێکی نەزان بخوات، لەو کاتەدا شێرەکە پەلاماریداو وتی: لە تۆ نەزانترم دەستنا هەی نەزان!).

گەرچی چیرۆکەکە خەیاڵییە، بەڵام لێرەدا مەبەستمانە بڵێین گەر مرۆڤ هەلو دەرفەتەکان لە دەست بداتو لە کاتی خۆیدا نەتوانێت بڕیار بداتو زۆر موماتەڵە بەکارەکانییەوە بکات، ئەوا سەرئەنجامی ژینی پەشیمانی دەبێتو ناتوانێت بگاتە ئەوەی دەیەوێت پێی بگات، ئەو کاتە ژیان وەك شێر قوتی دەداتو نەگبەتیو کۆڵەواری بۆدەمێنێتەوە.

تۆش هونەری دەرفەتسازی فێربەو بە قولاپی تواناکانت، دەرفەتەکان ڕاوکە، لەو ڕێگەیەشەوە دەتوانیت بۆخۆتو ئەوانی تریش ژیانسازو ڕووناکی بەخشبیت.

لە بری پرتەوبۆڵە، چ کارێکت پێدەکرێت؟!!

ئا: بارزان عوسمان

هەتا ئێستا لەگەڵ کەسێك کارت کردووە کە پرتـەو بۆڵە بکات، ئایا هەسـتتان بەوە کـردووە کە زۆربەی جار ئەمجۆرە کەسـانە قسەکانیان ناڕەزاییو نالۆژیکییە! ئایا هەستت بەوە کردووە پرتەو بۆڵەی ئەو کەسـە تامو خۆشـی کارکردن لە ئێـوە وەردەگرێتەوە، زۆرجـار وادەبێـت کە هەمووـمـان حاڵەتی نەرێنیمان دەبێت، ئەمەش شـتێکی ئاساییە، بەڵام دەبێـت ئێمە سـودی لێوەربگرین بۆ گۆڕینـی بـۆ کاری بەسـود، ئامانجی ئێمە لابردنی هەموو پرتەو بۆڵەیەك نییە، بەڵکو لابردنی هەندێك پرتەو بۆڵەی نالۆژیکییە، ئەگـەر پرتەو بۆڵەکـەش نالۆژیکیش بێت، دەبێت ڕێگەچارەیەکی بۆبدۆزینەوە، چونکە مرۆڤی نەزان وەك جۆرێکی شـێرپەنجەی پێسـتە پێویسـت نـاکات خـۆی دەربخات، چونکـە لـە کاتـی بینیـنو قسـەکردنی هەسـتی پێدەکەیتو چارەسەری خێرای بۆ دەدۆزییەوە، بەڵام جۆرێکی تری شێرپەنجە هەیـە زۆر ترسـناکەو دیـار نییـە، زووش هەسـتی پێناکەین هەندێجار لەسەر خۆیەو هەندێجاریـش خێرایـە، بـەڵام ناتوانرێت چارەسەر بکرێت، چونکە بە هەموو جەستەدا بڵاوەی کردووە، هەتا ئەو کەسە لەناو دەبات، کە ئەم پرتەو بۆڵەکردنو گلەیی نالۆژیکییە وەك ئەم شێرپەنجەیە وایە.

سێ ئامرازی پرتەو بۆڵەنەکردن:

١- وتنی وشەی "بەڵام" گەشبین بە!!

ئەمـەش شـێوازێکی زۆر سـادەیە ئەگەر ناڕەزایەتییەکـی نالۆژیکـی هاتـە بیـری تۆ بەڵامێکی بۆ بێنەوەو بیکە بە گەشـبینی وەك: نامەوێت بۆئەوەی بچمە سـەر کارەکەم، یەك کاتژمێر شۆفێری بکەم، بەڵام سوپاسگوزارم کە هەم کارم هەیەو هەم دەتوانم شۆفێری بکەم.

٢- لە جیاتی بە کاربردنی وشەی ناچارم، بڵێ من توانام هەیە:

زۆربەی کاتەکان ئێمە ناڕەزایی دەردەبڕین کـە ناچاریـن بـە هەنـدێ کار وەك ناچارم شـۆفێری بکەم، ناچـارم ئـەو کارە بکەم، لە جیاتـی بەکاربردنی ناچـارم دیدوبۆچونتان بگۆڕنو بڵێن: دەتوانم ئەو کارە ئەنجام بدەم، لە جیاتی دڵەڕاوکێ دەبێت سوپاسـگوزار بین کە ئێمە هەندێك شتی باشمان هەیە.

٣-چارەسەر بدۆزەرەوە بۆ ناڕەزایەتییەکان:

ناڕەزایی نالۆژیکی، ئێوە بێئەوەی هەست بکەن لە ئامانجەکانتان دووردەخاتەوەو بە شتی لاوەکی سەرقاڵتان دەکات، بەڵام ڕەخنەو ناڕەزایی لۆژیکی دەستنیشان بکەو چارەسەری بۆ بدۆزەرەوە، لەو کاتـە هەر ناڕەزایەتییەك بگات بە دەسـتی تـۆ بۆ گۆڕانـکاری ئەرێنی سودی لێوەردەگری.

- پێنـج لەو کارانەی دەتوانین لە جیاتی پرتەو بۆڵە ئەنجامیان بدەین:

١- ڕاهێنانی سوپاسگوزاری: لێکۆڵینەوەکان دەریانخسـتووە ئەگـەر ڕۆژانـە سـێ لـەو نیعمەتانەی خوای گەورە بە ئێمەی بەخشیوە ناویان بێنینو سوپاسی بکەین، شادیو دڵخۆشی لـە ناخماندا زیـاد دەکات. هەروەها لە ڕووی فسیۆلۆژییەوە ئەو کاتەی تۆ سوپاسی کەسێك دەکەیـت، تـۆ هێزێك بـە ئەو دەبەخشـیو خۆشەویستی نێوانیشتان بەهێز دەبێت.

٢- دەستخۆشـی: دەستخۆشی لە کەسانی تـر بکـەو ئەگـەر هەڵەیەکیان کـرد زۆر لە ڕوویـان مـەدەرەوە، زۆرتر کارە باشـەکانیان بێنـەرە پێشـچاوت، نـەك کارە خراپـەکان، کەسـانی تر هانبدەو بڵێ من پێمخۆشە زیاتر پێشـکەوتنەکانی تۆ ببینم، بـەڵام نەك هیچ هەڵەیەکـی بـاس نەکەیت، بەڵکـو هەڵەکانی دەستنیشـان بکە بـۆ چارەسـەرکردن، بەڵام دەبێت ئـەوە بزانی ئەگەر یەك هەڵەی ئەوت گـوت، دەبێت لانی کەم سـێ لـە چاکەکانی بێنیتە پێش چاوی خۆت.

٣- سەرکەوتن: بۆ سەرکەوتن سەرنجبدەن هەمـوو کاتێك بـە بابەتێکی ئەرێنی دەسـت پێبکەن، هەموو شەوێ پێشخەوتن ئێوە ڕۆژانە چ کارێکی باشتان کردووەو سەرکەوتوو بوون؟ چ قسەیەکی باشـتان کردووە بینووسنەوە، لە چاوەڕوانی ئەوەدابە کە سـبەی سـەرکەوتنی باشترت لە پێشە.

٤- خۆتان ڕەهاو ئازاد بکەن: لەو شتانەی دەسـەڵاتتان بەسەرەوە نییە، سـەرنج لەسەر ئەو شـتانە بدەن کە ئێوە دەتوانن گۆڕانکاری تێدا بکەن، ئەوە ڕاستییەکە کە هەموو شت بە دەسـتی تۆ نییە، ئەو شتانەی لە ژێر دەستی تۆدا نییە وازیان لێبێنە.

٥- نزاوپاڕانەوە: توێژینەوە زانستییەکان پیشـانی دەدەن کە ڕۆژانـە ئەگەر ئێمە نزاو پاڕانەوەو پرۆڤەی هزری بکەین، دڵەڕاوکێمان زۆر کـەم دەبێـتو سـەلامەت دەبیـنو تەندورسـتیمان باش دەبێت، لـە پاڵ ئەوەی کـە هێزی ئەرێنیمـان زیـاد دەکات، ئەگەر کاتێـك ئەو هەسـتەت بۆ هات کـە پێتخۆش بێت پرتـەو بۆڵە بکەیت، بە نـزاو پاڕانەوە بیرو هەسـتی خـۆت ئارام بکـەو بگەڕێرەوە سەر ژیانی ئاسایی خۆت.

سەرچاوە: موفقیت.

و: بۆ كوردی: پشتیوان موبارەك

حەوت ڕەفتار كە زۆرترین كاریگەرییان لەسەر خەڵك هەیە



پوختەكردنو وەرگێڕانی بۆ عەرەبی:-د.احمد الشازلی

ڕەفتاری شەشەم و حەوتەم: خۆگونجاندن، نوێبوونەوە

* ڕەفتاری شەشەم: خۆگونجاندن: هەڵبژاردنی ڕاستەقینەو كرداریانە بۆ هەموو ڕەفتارەكانی پێشوو، واتە "(كۆی گشتی) گەورەترە لە بەشێكی بچوك، ئەمەش واتە "بەش" پێكهاتەیەكە لە كۆی گشتی، بەڵام كاتێك هەموو بەشەكان پێكەوە كاردەكەن، بە (خۆگونجاندن) باشترەو ئەنجامەكەی وا باشتر دەبێت كە كاركردنی (كۆی گشتی) پێكەوە باشترە لە كاركردنی بەش، بە تەنها بۆ خۆی.

* خۆگونجاندن: ئەوەیە كە پەیوەندییەكان بنیات بنێیت، ڕێز لە خەڵكی تر بگریت، لەسەر بنەمای هێز خۆت بنیات بنێیت، هەوڵ بدەیت چارەسەر بۆ خاڵە لاوازەكان بدۆزیتەوە، بە هاوكاریو متمانە، دەتوانیت بگەیت بە هاوسۆزیو گونجان.

* گەڕان بە دوای ئەلتەرناتیڤی سێیەمدا، كاتێك هەردوولا هاوكاری دەكەن لە دۆزینەوەی ئەلتەرناتیڤی سێیەمدا، بارودۆخەكە باشتر دەبێت، نەك هەر لایەنەو بە جیا بە ئەلتەرناتیڤی خۆی بخاتەڕوو.

* زۆربەی خەڵك نازانن هێزی ڕاستەقینە لە هەر پەیوەندییەكدا بوونی ئەلتەرناتیڤێكی زۆرە لە تێڕوانینی هەركەسێكەوە.

* هەڵسەنگاندنی جیاوازییەكان، جەوهەرو ناوەرۆكی ڕێكەوتنو (خۆگونجاندن)ە.

* مرۆڤی كاریگەر، لە نێو كۆمەڵگەكەیدا ئەو كەسەیە خاوەنی هێزێكە بۆ زانینی سنوری تێگەیشتنەكانی، زانینی ئامادەگی سەرچاوەكان لای خەڵكانی تر، (لە كاتی هەڵسوكەوت لەگەڵ خەڵكیدا، هەموو ئەزمونەكانی بەكار دێنێت).

* ئەگەر دوو كەس هەبوون هەمان بیروبۆچونیان هەبوو، بەڵام یەكێكیان داوالێكراو نەبوو، ئەمەش واتە:

◊ شێوازی جێبەجێكردنی كارەكان، دوو هێز دەسەڵاتی هەیە بەسەریاندا "هێزێك بەرزی دەكاتەوە بۆ سەرەوە (پاڵنەر)، هێزێك دەیڕوخێنێ (هێزی كۆتبەند/ڕوخێنەر)"

* هێزی پاڵنەر: هێزێكی پۆزەتیڤە، لۆژیكییە، ژیرانەیە هۆشیارانەیە، ئابووریانەیە.

* هێزی كۆتبەند: هێزێكی نێگەتیڤە، نالۆژیكییە، ناهۆشیارانەیە، دەروونییە.

* دەرەنجام: هەموو شتێك كە لە سروشتدایە بە ڕێكەوتنو خۆگونجاندن كاردەكات (بانگەشەی گەنجان دەكات).

* لە كاتی بەكارهێنانی (خۆگونجاندن) لە پەیوەندییەكاندا هێزی داهێنەرانە لە پەیوەندییەكاندا چەندبارە دەبێتەوە.

* لە كاتی بەكارهێنانی حەوت ڕەفتارەكە پێكەوە ئەوا زیاتر بەهێز دەبنو زیاتر لەگەڵ یەكدا كارلێكدەكەن.

* دووركەوەرەوە لە هەر وزەیەكی نێگەتیڤ، هەمیشە گەشبینبە، بە خەڵكی.

* دەتوانیت بە ڕێگەیەك بیرۆكەو هەستەكانت دەرببڕیت، كە خەڵكانی تریش هانبدات تاكو ئەوانیش بكرێنەوە.

ڕەفتاری حەوتەم: نوێبوونەوە..

كاركردنی زۆر هەمیشە دەبێتە هۆی ماندووبوون، كە خوازیاری بەدەستهێنانی كاتی پشوودانە، هەوڵدەدات وزەكەت نوێ بكاتەوە، هەوڵدەدات ئەو وزەیەی كە هەتبووە بیگەڕێنێتەوە، (نوێبونەوە)!

چوار ڕەهەند هەیە بۆ نوێبوونەوە:

١- ڕەهەندی فیزیایی:

*تایبەتە بە ڕەهەندی جەستەییو تەندروستیو سیستەمی خۆراك، ڕاهێنانە وەرزشییەكان.

* سێ ئاڕاستە:

أ- هێزی هەڵگرتن لە ڕاهێنانو بەرگەگرتندا.

ب- نەرمونیانی لە ڕاهێنانەكانی كرژبوونو خاوبوونەوەو چەمانەوە.

ج- هێز لە ڕاهێنانەكانی بەرگری ماسولكەكان.

٢- (ڕەهەندی ژیری)، خوێندنەوەو نوسینو گەشەپێدانی خوود:

* هەندێك لە ئامارەكان دەڵێن: كە دانیشتن لەبەردەم تەلەفزیۆندا با ٣٥-٤٠ كاژێر بێت لە هەفتەیەكدا.

*- خوێندنەوەی وێژە بە شێوەیەكی بەردەوام ڕێگایەكە بۆ نوێكردنەوەی ژیریت.

* دانانی ڕۆژمێرێك بۆ بیرۆكەو شارەزاییەكانمان (نووسین).

٣- (ڕەهەندی ڕۆحی) بەها و پابەندبوونو پەرستشو گەشبینی:

* ڕەهەندی ڕۆحی چەقی ئەو بەهاو بنەمایانەیە كە تۆ خاوەنیانیت.

* گەشبینی لە ژیاندا.

* دووبارە پشكنینی ئەوەی كە ئایا ئامانجەكانت چین، چی لە پشت ئەم ئامانجانەوە هەیە؟

◊ ڕۆژانە یەك كاژێر لە گەشەپێدانی سێ ڕەهەندەكەی پێشوودا ببەرە سەر، (كە تەواوكەری ڕەفتارەكانی (٣،٢،١)ی پێشوون: تێڕوانینی تایبەتی، سەركردایەتی، كارگێڕی)، ڕۆژانە گەشەیان پێدەدەین.

٤-(ڕەهەندی كۆمەڵایەتیو سۆزداری)، خۆشەویستیو خزمەتو هاوكاری:

* ئەم ڕەهەندە لە كاتی گەشەپێدانی پەیوەندییەكان، لەگەڵ خەڵكانی تردا گەشە دەكات.

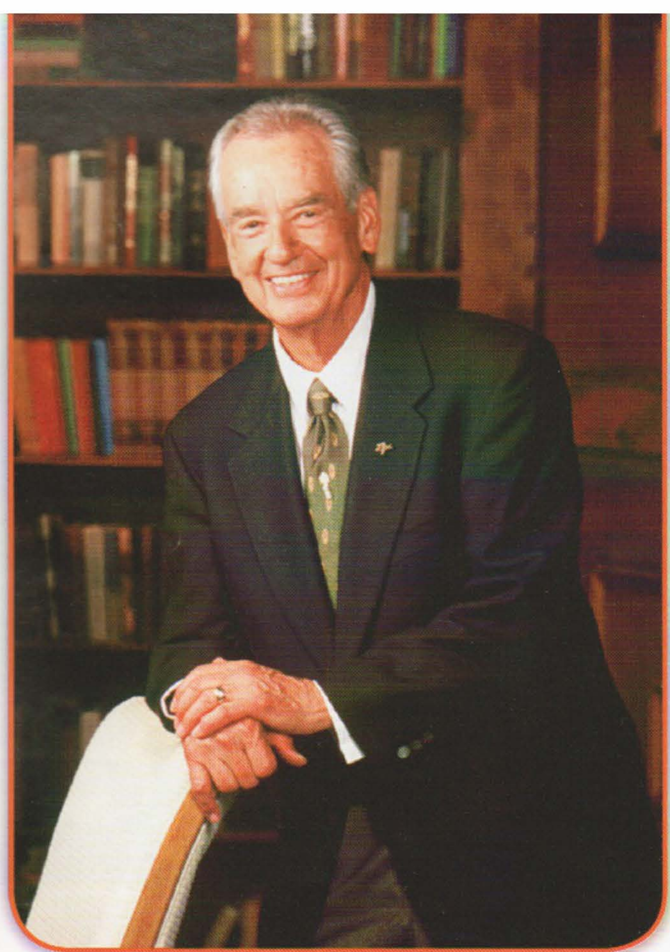
*- لە ڕێگای ڕەفتاری (٤،٥،٦)

* نوێبوونەوە لە هەر ئاڕاستەیەكەوە بێت لە ئاڕاستەكانی پێشوو بە شێوەیەكی پۆزەتیڤانە كاردەكاتە سەر ڕەهەندەكانی تر.

* نوێبونەوەو پێشكەوتن لە ڕەفتارێكی دیاریكراودا، بە شێوەیەكی پۆزەتیڤ كاردەكاتە سەرڕەفتارەكانی تر.

* هەوڵ مەدە نائومێد بیت، لەبەرئەوەی نائومێدی ژیان نییە، بەڵام بانگەشەیە بۆ نوێبوونەوە، بانگەشەیە بۆئەوەی سەر لە نوێ هەنگاو هەڵگری، بانگەشەیە بۆئەوەی لە شكستەكانتەوە فێربیت، یان لە خاڵی كۆتایی پێشووتەوە فێربیت.

بۆ منو تۆ که دەمانەوێت، لە ژیاندا کامەرانو سەرکەوتوو بین..



ئا: درەخشان بەهادین

چەند پێشنیارێك لە (زیگ زیگلار) بۆ منو تۆ کە دەمانەوێت لە ژیاندا کامەرانو سەرکەوتوو بین.

* لەبەرئەوەی بە سبەینێت ئومێدەواریت، سەرکەوتوو دەبیت.

* ئاینده، ئەو تەختە ڕەشەیە کە هێشتا کەس هیچی لەسەر نەنووسیوە.

* لەوانەیە لە نێو تەواوی ئەو شتانەی کە هی تۆیە، بزەی سەر لێوتو نیگای جوانت، کە ڕووخسارتی نەخشاندووە، کۆنترینیان بێت.

* لە نەیاریکردنی دەوروبەرت سڵ مەکەرەوەو هەراسان مەبە، چونکە باڵەکان بە پێچەوانەی ئاراستەی باوە دەکەونە جوڵە.

* بەردەوامو لە هەمووبارێکدا، لە دووشت دەست هەڵمەگرە، (باوەڕو هیوا).

* بردنەوە هەموو شتێك نییە، بەڵام هەوڵدان بۆ بردنەوە بۆچی نا؟

* گرنگ نییە لە چ خاڵێکەوە دەستپێدەکەیت، گرنگ ئەوەیە بزانیت لە کوێدا کۆتایی پێدێت.

* لەوانەیە دەوروبەرت بتوانن، بەشێوەیەکی کاتی ببنە بەربەست بۆتو ڕێگەت لێدابخەن، بەڵام بەشێوەیەکی کۆتایی ئەوە خۆتی کە بڕیار دەدەیت بووەستیت.

* هەرگیز لە هەوڵدان دەست هەڵمەگرە، چونکە لە دامێنی چیاوەیە کە لوتکە بەرز، دوور دێتە بەرچاو؟

* دەکرێت بەشێوەیەکی کاتی لە ویستو داخوازییەکانت دەست هەڵبگری، بەڵام هەرگیز تەسلیم مەبە.

* کاڵاو هەوڵدان بوونیادی هەر بازرگانییەك، بنەمای هەرچاکەیەكو سەرچاوەی هەر لێهاتوویيو پێشکەوتنێکە.

* ئەوە سەرکەوتن نییە کە دەبێت مایەی بۆ دابنرێت، بۆتی دەگەڕێنێتەوە، هەر لەوەی دەیبەخشیت وەریدەگریتەوە.

* ژیانی هاوسەریی چەندە باش دەبوو، تەنها ئەگەر ژنو پیاو هەستیان دەکردو تێدەگەیشتن کە هەردوو لە یەك ئاستدانو بۆیەکن، نەك لە بەرامبەرو دژی یەك.

* بەردەوام ئەوە بزانە، کە شکست ڕووداوو بارودۆخێکە، نەك شوناسو ناسنامەی تۆ.

* لە بیرت بێ، کە خۆشبەختی ئەوە نییە کە تۆ (کێ)یت، یان (چ)یت هەیە، خۆشبەختی ئەو شتەیە کە لە هزری تۆدا دەگوزەرێت.

* دەست لە خراپترین هەڵگرەو ئومێدەواربە، بەچاکترین، دواتر ئەوەی کە بۆت هاتە پێش بە چاکترین شێوە کەڵکی لێوەربگرە.

* دۆڕاوترین کەس، کەسێکە کە هەرگیز هیچ کارێك ناکاتو دەست بۆ هیچ کارێك نابات.

* مەبەستو ئامانجێك کە بە دروستی دەستنیشان بکرێت، نیوەیەکی بەدیهاتووە.

* ئەوەی بە دەستی دەهێنیت، هەرگیز بە ئەندازەی ئەوەی کە خۆت دروستی دەکەیت گرنگ نییە.

* یەك شت دەتوانێت هەموو شتێك بگۆڕێت، دەستنیشاکردنی مەبەستو هەوڵدانی بەردەوام بۆی.

* بنەماو ژێرخانی سەرکەوتن، لە شەش خاڵدا کۆدەبێتەوە: دروست کارکردن، ڕاستی، ڕەوشت، باوەڕ، خۆشەویستیی، وەفاداری.

* هەرگیز لە هێزی وشە بێ ئاگا مەبە، ئەوەی کە دەیڵێیت، هەر ئەوەیە کە وەریدەگریت.

* هەڵبژاردنو بڕیاری ئێمەیە کە سەرنویشتمان دیاری دەکات.

* بێکارو هەوڵدان، تەنانەت جوانترینی فەلسەفەکانی جیهانیش سودێکی نابێت.

* سەرکەوتن ئەوەیە کە دوای ئەوەی دەوروبەر وایکرد، تۆ تەسلیم نەبیت.

* هەرگیز نائومێد مەبە، زۆرجار لە نێوان دەستەکلیلێکدا ئەوە دوا کلیلە کە قوفڵەکە دەکاتەوە.

* مرۆڤە دیارو ناودارەکان، هەموویان لە یەك خاڵدا هاوبەشن، ئەویش هەستی بەرزی بەرپرسیارێتییە.



ئا: ئەمیر ئەحمەد عەبدولقادر

هەنگاوێکی ناوازە، بەرەوسەرکەوتن

تۆ کەسێکی جیاوازی بە دوای سەرکەوتنو گوڕانکاری کاریگەر لە ژیانتدا دەگەڕێیتو پرسیارم لێدەکەیت چۆن ئەوەت زانی؟ دەڵێم: ئاسانە، مرۆڤی جیاواز بە ڕاستی بە دوای شێوازگەلێکدا دەگەڕێت کە یارمەتی بدات لە گۆڕینی خۆیو ژیانی بەرەو باشتر، هەر ئەویش پاڵی پێوە نای ئەم چەند دێڕە بخوێنیتەوە.

ئەنتۆنی ڕۆبینز لە کتێبە نایابەکەی (زەبەلاحەکەی ناوت هەڵسێنە) دەڵێت: ئامارەکان دەڵێن کەمتر لە ١٠٪ی ئەوانەی کتێب دەکڕن کە دەست بە خوێندنەوە دەکەن لە بەشی یەکەم تێناپەڕن، لە ڕاستیدا ئەوانەی نازانن چۆن سود لەو کتێبانە وەربگرن کە دەیانکڕن، سامانێکی زۆروزەبەند بە فیڕۆدەدەن کە دەکرێت ژیانیان بگۆڕێ، بێگومان تۆش برای خوێنەر لەو کەسانە نیت کە ئارەزووی هەڵخەڵەتاندنی خۆیان دەکەن بە کەم سەیرکردنی ئەوەی دەیخوێننەوە، متمانەم هەیە کە تۆش هەوڵدەدەی سوود لەو لاپەڕەیە وەربگریت کە دەینوسین بە گشتیو لەو چەند دێڕە بەتایبەتی کە باسی بابەتی سەرکەوتن لە ژیان دەکاتو هەندێکی لە کتێبی ((زەبەلاحەکەی ناوت هەڵسێنە))، هەندێکی تریش لە سەرچاوەی تر وەردەگرین.

پرسیارم لێدەکەی چۆن سود وەرگرم لەوەی دەینوسیت؟ دەڵێم: هەوڵبدە زیاتر لە جارێك ئەم بابەتە بخوێنیتەوە، ئینجا با یاداشتنامەیەکت لە لابێت هەموو ڕستەیەکی تێدا بنووسە، کە هەستدەکەی کارت تێدەکات، یان هەر بیرۆکەیەك کە لە تواناد‌ا هەیە جێبەجێی بکەی، ئینجا دەستبەجێ جێبەجێی بکە.

هەر ڕۆژێك بیرۆکەیەك، یان زیاتر جێبەجێ بکەو لە ئەنجامە ناوازەکەی کە پێی دەگەیت بە ویستی خوای گەورە، دوای شەش مانگ لە ئێستاوە سەرسام دەبیت، پێمخۆشە دووبارەی بکەمەوە ئەو کەسەی جێبەجێی ناکات ناگات بە ئەنجام.

خوای گەورە دەفەرموێت: (إن الله لا یغیر ما بقوم حتی یغیروا ما بأنفسهم))، کەواتە جڵەوی کارەکە لە دەستی خۆتدایەو هەرچەندە توێژینەوەکان لە بواری دەروونی مرۆڤایەتی بەرەو پێشبڕوات، دەبینین لە ئامۆژگارییەکانیو حیکمەتەکانی قورئانی پیرۆز نزیك دەبینەوەو ئەمەش کارێکی سەرسوڕهێنەر نییە، چونکە ئەوەی مرۆڤی دروستکردووەو کتێبە ئاسمانییەکانی ناردووە خوایەکی تاكو تەنهایەو هەرچەندە مرۆڤ پێش بکەوێت لە کارەکەیدا زیاتر دانایی ژیانو گەورەیی خوای مەزنی بۆ دەردەکەوێت.

بۆئەوەی ئەو گۆڕانکارییەی لە ژیانتدا ڕوودەدات بەهایەکی ڕاستەقینەی هەبێت، بێگومان پێویستە گۆڕانکارییەکی هەمیشەییو بەردەوام بێت، هەمووومان ساتێك لە ساتەکان بڕیاری گۆڕانکاریمان داوەو ڕەنگە هەندێجار هەستمان بە دۆڕاویو بێهیوایی کردبێت، زۆرێك لە خەڵك هەندێ گۆڕانکاری لە ژیانیان دەکەن، بەڵام هەست بە ترس دەکەن، بۆچی؟ لەبەرئەوەی ئەوان بە ژیری ناوەکییان لەو باوەڕەدان کە ئەم گۆڕانکارییە کاتی دەبێت، بۆ ئەمەش نمونەیەك دەهێنینەوە: دەبینی یەکێك لەو کەسانەی دەیانناسی کەمێك کێشی زیادەی هەیەو هەر کاتێك نیازی بووبێت ڕێجیمێکی خۆراکی دیاریکراو جێبەجێ بکات بۆ دابەزینی کێشی لەشی، دەبینی وادەی دەسپێکردن دوادەخات، یان بۆ ماوەیەکی کەم بەردەوام دەبێت لە سەریو دەوەستێ، نهێنی ئەمەش لەوەدایە کە ئەو کەسە بە ژیری ناوەکی خۆی دەزانێت هەر ئازارێك بچێژێ لە پێناو کەمکردنی کێشی لەشی، یان هەر گۆڕانکارییەك لە ژیانیدا، لە کۆتاییدا بۆی دەگەڕێتەوە.

((ڕۆبنیز)) باسی چۆنییەتی گۆڕینی ژیانی خۆی دەکاتو دەڵێت: لە زۆربەی ساڵانی تەمەنمدا بە شوێن شتێکەوەبووم کە پێم وابووە بنەمای ڕێکخراوە بۆ گۆڕانکاری بەردەوام.

بە ویستی خوای گەورە منو تۆ هەوڵدەدەین ئەم بنەمایە فێر بین کە دەتوانین ژیانمان بەرەو باشترو بەشێوەیەکی هەمیشەیی بگۆڕین. بەڵام لەو ساتەوەختەدا هەوڵدەدەین یەکێك لە گرنگترین بنەماکانی گۆڕانکاری بزانین. کە دەتوانین بەکاریبهێنین دەستبەجێ بۆئەوەی ژیانمانی پێبگۆڕین.

ئەمەو وێڕای سادەیی ئەم بنەمایە، بەڵام بەهێزو کاریگەرن، کاتێك بە



پێش بەرێکەوتن.. ئامانجەکەت دیاری بکە!

جوتیارێک، کوڕێکی بچکۆلەی هەبوو، ئەم کوڕە، هەر ئۆتۆمبێلێکی دەدی، بەخێرایی بەدوایدا ڕایدەکرد، هەوڵی دەدا، پێی بگاتەوەو پێشبڕکێی لەگەڵدا بکات.

ڕۆژێکیان لە جووتیارەکەیان پرسی: ئایا وا گومان دەبەیت، ڕۆژێك لە ڕۆژان، ئەم کوڕەت بە ئۆتۆمبێل بگاتەوە؟

بەسەرسامییەکەوە جوتیارەکە وەڵامی دایەوە: ئەوە بۆ من گرنگ نییە، بەڵکو ئەوەی هەمیشە هزروهۆشی داگیرکردووم، ئەوەیە: ئەم کوڕەی من چی دەکات، ئەگەر بەو ئۆتۆمبێلەی بەدوایدا ڕادەکات، بگاتەوە؟ ئایا لەم ڕاکردنە بەردەوامە، چ ئامانجێکی هەیە؟!

زۆرێکیش لە ئێمە، لەو کوڕە بچکۆلەی جووتیارەکە دەچین، کە بەبێ سوودو ئامانج، بەدوای ئۆتۆمبێلدا هەڵەداوانی بوو. چونکە کەسانێك کە بەم چەشنەن، دادەبەزنە سەر تەختەی شانۆی ژیان و خۆیان دەخەنە ناو مەترسییەکانییەوەو چی لە هێزو زەمینیاندا بێت، بێئەوەی هیچ کەڵکێکی هەبێت- بەگەڕی دەخەن. هەر کە لە کۆتایی ڕێگەشدا ڕادەوەستن، دەبینی لە خۆیان دەپرسن: مەبەست لەم هەموو کردوکۆششەی بەخەرجمان دا، چی بوو؟

وەڵامێك کە کوڵی دڵ دابمرکێنێت، نادەنەوە. سا لەبەرئەوە، پێویستە هەموو کەسێك، بیر لە ئایندەی خۆی بکاتەوە، ئامانجەکەی دیاری بکات و بەرلەوەی بکەوێتە سەر ڕێ، ئامانجەکەی هەردەم لەبەرچاوی خۆی دابنێت.

شارەزایی و ڕێکوپێکی جێبەجێ دەکرێت. ئەم بنەمایە لەسەر ئاستی تاك و کۆمەڵ و تەنانەت جیهانیش بە کەڵکن.

ئەگەر ڕۆژێك لە ڕۆژان ویستت گۆڕانکارییەکی ڕاستەقینە لە ژیانتدا ئەنجام بدەیت یەکەمین شت کە پێویستە ئەنجامی بدەیت ئەوەیە ئاستەکانت بەرز بکەیتەوە، یان پێوانەکانت زیاد بکەی، ئەمەش بە چەند نموونەیەك ڕوون دەکەینەوە، لەسەرئاستی تەندروستی بەوە ڕازی مەبە کە نەخۆشییەکت هەیە، بەڵکو با ئاستی تەندروستی کە خەونی پێوە دەبینی بریتی بێت لەوە کە ئەم نەخۆشییە چارەسەربکەیت و جەستەیەکی دروست و بەهێزت هەبێت، لە سەر ئاستی ڕۆحی تەنها بەوەندە مەوەستە فەرزەکان ئەنجام بدەی، بەڵکو بە دوای سوننەت و کارە خێرەکاندا بگەڕێ و قووڵ بەرەوە لە ئایینەکەت زیاترو ڕۆژ لە دوای ڕۆژ لە خوای گەورە نزیکتر دەبیتەوەو هەرگیز مەڵێ: (من باشم و ئەوەم بەسە)، چونکە تۆ لە شوێنی خۆت ناوەستی، بەڵکو دڵنیابە ئەگەر بەرەو پێش نەچیت ئەوا دوادەکەویت، لەسەر ئاستی خێزانی بە خۆت مەڵێ ((لە بارێکی باشدام))، بەڵکو هەوڵبدە لە بەختەوەری زیاتر بگەڕێیت، خەون بە ئاوەندی مەزنتر بۆ منداڵەکانت ببینە و لە ئێستاوە پلانی بۆ دابڕێژە.

بەهێزترین بوار لە ژیانت بواری ڕۆحییە و ئەمەش بە پێی تازەترین توێژینەوەی دەروونی، بۆیە ئەگەر گۆڕانکاریت کرد لە بوارەکانی دیکەی ژیانت (کۆمەڵایەتی- تەندروستی- دەروونی- پیشەیی- ژیری) ئەوا زۆر ئاسان دەبێت، ئەوەش ئەوەمان بۆ لێکدەداتەوە نهێنی گۆڕانی عەرەبەکان پاش ئەوەی چوونە ناو ئایینی ئیسلام، پاش ئەوەی خەڵکانێك بوون لە بیری کەسدا نەبوون، بە ئیسلام بوونە هێزێکی مەزن و گەورە فەرمانڕەوای جیهانیان کرد بە دادپەروەری و ئاشتی و چەندین زانایان لێهەڵکەوت لە سەرجەم بوارە جیاوازەکانی ژیاندا جیهانیان بە ڕووناکی زانست ڕۆشن کردەوە کە بە هۆی ئەو زانستەوە خۆرئاوا پێشکەوتن و شارستانێتیان دروستکرد، کە ئێستاکە دەیبینین هەرچەندە لە شارستانێتی ئیسلامەوە پەیدابووە کە ئێمە هێزە شاراوەکەی نازانین.

یەکەمین شتێك کە پێویستە لە سەرت لە خۆتدا بیگۆڕی ئەو داخوازییانەیە کە لە خۆتی داوا دەکەیت، هەموو ئەو شتانە بنووسە کە پێیان ڕازی نیت لە ژیانت جا لە خودی خۆتەوە بێت، یان لە کەسانی دیکە، ئینجا پرسیار لە خۆت بکە (ئایا ئەوەی پێیەوە گرفتارم هۆکارەکەی خودی خۆمە، یان کەسی تر) ئەگەر لەوانەی کە هەمیشە بە خۆیان دەڵێن: (من فریشتەم هیچ کەم و کورییەکم نییە)، تکایە خوێندنەوەی ئەم بابەتە لەگەڵمان تەواو مەکە ئەوە بۆ تۆ نییە، بەڵام ئەگەر لەوانەی باوەڕییان وایە تۆ ئادەمیزادی و چۆن جیاکەرەوەت هەیە، ئاوەهاش کەم و کوڕیت هەیە و تۆش ئامادەیت ئەم کەم و کوڕییانە نەهێڵی، ئەوا بە ویستی خوای گەورە زۆرترین سوود وەردەگریت لەوەی دەینووسین و سەرکەوتنی ئاوازە بە دەستدەهێنیت، تەنها خۆت بناسە بە ڕاستگۆیی و ئاشکراو ئەگەر دڵنیابووی کە هەڵەکە لە لایەنی ترەوەیە، ئەوا بیر لە شێوازێکی جوان بکەرەوە بۆ گۆڕینی ئەم هەڵوێستە کە لە تواناتدا نییە، لەگەڵ خۆتدا دەستپاك بە، چونکە ساتەکانی دەستپاکی ڕاستگۆیی لەگەڵ خۆت ناکاتە بڕی گۆی زەوی ئاڵتون، ئینجا پرسیار لە خۆت بکە: ئەو شتانە چین کە ناتوانی بیگریتە ئەستۆ- لە سەر کاغەز وەڵام بدەرەوە. ئینجا هەموو ئەو شتانە بنووسە کە لە ناخی دڵتەوە هیواخوازی بۆیان جێبەجێ بکەی، ئینجا بیر لەو پیاوە مەزنانەو ئەنجامە ناوازانە بکەرەوە کە لە ژیانیان پێگەیشتوون دوای ئەوەی بەڵێنیان بە خۆیانداوە کەمتر لەو ئاستەی خەونیان پێوەدیبوو ڕازی نەبن.

لە ژیانی پیاوە مەزنەکان وردبەرەوە لە سەروشیانەوە پێغەمبەرانی خودا، (درودو سەلامی خوایان لە سەر بێت)، ژیانی هاوەڵە بەڕێزەکان بخوێنەوە، بیر لە ژیانی زانایان لە سەرکردەو چاکەخوازان لە خەڵکی ڕۆژهەڵات و ڕۆژئاوا بکەرەوە، (ئیبن سیناو ئیبن حەییان و فارابی و خالیدی کوڕی وەلیدو سەیفەدین قوتز و ئیسحاق نیوتن و ئەنشتاین و حەسن بەنناو ئیبراهام لنکولن و هیلین کیلرو ماری کوری و مەهاتماغاندی و سویکیرو هوتاو ...هتد، لە سەرکەوتووان) کە بڕیاریان داوە بە هەموو هێزیانەوە بە هەنگاوێکی ئەرێنی ناوازە بچنە پێشەوە لە ژیان، ئەمویش ئەوەیە کە پێوانەکانیان بەرز کردۆتەوە، چونکە ئەو هێزەی بە دەست ئەوانەوە بووە بە دەست تۆش دەکەوێت، تەنها ئەگەر ئازایەتیت هەبێ و بە جەرگ بیت، بۆئەوەی دەستت کەوێت، (گۆڕانکاری ڕێکخراوو کۆمپانیاو وڵاتان، یان تەواوی جیهان بە یەك هەنگاوی سادە دەستپێدەکات، ئەمویش ئەوەیە کە خۆت بگۆڕیت).

قەناعەت!

و: چیا عەبدوڵا

*** قەناعەتکردن، بەوەی کە زۆر شت لەم دونیایەدا لە بەرژەوەندی تۆدایە:**

لە حەسەنی بەصرییان پرسی: دەربارەی زوهدی لە دونیادا، ئەویش فەرمووی: زانیم کە ڕزقم کەس نایبات دڵم ئارام بوو، زانیم کە کاری من کەس پێی هەڵناستێت، لەبەرئەوە بە تەنها سەرقاڵ بووم پێوەی، زانیم کە خوای گەورە لە هەموو کاتێکدا چاوی لێمە، لەبەرئەوە شەرمم کرد لەوەی بەگوناهکردنەوە بمبینێت، زانیم کە مردن چاوەڕێمە لەبەرئەوە توێشووم کۆکردەوە بۆ لیقای خودا.

دەبێت هەست بەوە بکەین کە نیعمەتەکانی خودا بەسەرمانەوە لە ژمارە نایەن:

- گەر دووچاری ناخۆشیو نارەحەتی بووین، دەبێت بزانین کە خودا دەیەوێت گوێی لە دەنگی نزاکانمان بێت.

- گەر ڕازیبونی پێبەخشی، ئەوا جوانترین بەخششی پێداویت.

- گەر ئارامگری پێبەخشی، ئەوە لە کاتی ئارامگریماندا دەمانخاتە ڕیزی سەرکەوتوانەوە.

- گەر نیعمەتی بەسەردا ڕشتین، ئەوە دەیەوێت فێری سوپاسگوزاری بین.

- گەر توشی خەموخەفەت بووین، دەبێت بزانین کە باوەڕمان تاقیدەکاتەوە.

خوای گەورە زۆری پێبەخشیوین، بۆچی تۆش خۆشەویستیو دڵسۆزیو ڕازیبونی نادەیتێ، لەسەر هەموو ئەو بەخششانەی کە لە دونیادا ڕژاندویەتی بەسەرتدا؟

*** چۆن باوەڕت بەهێز دەکەیت؟**

کاتێک لە یەکێک دەپرسیت لە کاتی نارەحەتیدا چۆن پارێزگاری لە باوەڕت دەکەیت، ئەوە زۆر بەخێرایی باسی ئەو هەڵوێستانەت بۆ دەکات کە ناخۆشییان تیا بووەو بە چ ڕێگەیەک خۆی لێدەربازکردووە، هەندێکی تر ئاماژە بۆ نوێژو قورئانخوێندن دەکەن، هەندێک بە دوعاو پاڕانەوە، هەندێکی تر باس لە نوسینو گەڕانەوە بۆ خود دەکەن، لە بەرامبەر ئەو کارەی کە ڕوویداوە، هەندێکی تر گریان بە ئاسانترین ڕێگە دەزانن بۆ ئارام بوونەوەیان، هەندێکی تریان دەستدەکەن بە وتووێژێکی ناوەکی، هەندێکی تریان باسیان لە چەند ڕێگەیەکی خۆشتر دەکرد وەک: قسەکردن بەرامبەر ئاوێنە، یان گۆرانی وتن، یان کێشە دروستکردن لەگەڵ کەسێکی نزیکدا، یان قسەکردن لەگەڵ کەسێکی وەهمیدا، بەڵام زۆر کەمیان باسیان لەوانە کرد کە تایبەت بوون بە: خۆڕاگریو سوربونو هیممەتبەرزیو کۆڵنەدان.

ئەمەش مانای ئەوە نییە کە ئەوانەی پێشووتر خراپ بن، چونکە هەرکەسێک ڕێگەیەکی تایبەت بە خۆی هەیە بۆ ئارامبونەوەو خۆ زیندوکردنەوە، ناوەرۆکیشیان باوەڕە بۆئەوەی سەرلەنوێ دەست پێبکاتەوە.

چاوێک بە ژیاننامەی پێغەمبەرانو ناودارەکاندا بخشێنە، دەبینیت ئەو باوەڕە پتەوەیانە وایلێکردون کە ئێستا ئێمە شایەتی ئەو گەورەییەیان بۆ دەدەین، بە تەنها باوەڕە ئەوانی خستۆتە مێژووەوە، بێگومان توشی چەندین ڕێگریو نارەحەتیو کێشەو گرفت بوون، بەڵام هیممەت بەرزبوونو سوربوون لەسەرئەوەی کە هەردەبێت بگەن بەوەی کە ویستویانەو ئامانجیان بووە، کلیلی باوەڕ وات لێدەکات کە بەحەماسەتەوە بژی.

بۆ ئەم بوارەش چەند هەنگاوێک هەیە:

* با خودێکت هەبێت ڕێزی لێبگریتو دڵنیا بیت لەوەی کە تا ئەوپەڕی هەوڵدەداتو کار دەکات، ئەوەی کە دەکرێت مەیجوڵێنە، بەڵکو (هەرگیز ناکرێت) لەبن دەربهێنە، ئەمەش مانای ئەوەیە کە هەستێکی لێپرسراوێتی قوڵت هەبێت دەربارەی بیروبۆچونو کردارەکانت.

* باوەڕت بەوە هەبێت کە دەیکەیتو بە گەرموگوڕی کاری بۆ بکەیت، پێوەری ڕەوشتی دیاری بکەو خۆت بە خەڵکی بەراورد مەکە، چونکە تۆ کار بۆئەوە ناکەیت کە لەوانی تر باشتر بیت، بەڵکو بۆئەوە کار دەکەیت باشتر بیت لەوەی کە هەیت.

* بێهیواییەکانت بکەرە هێز، لە ژیانی ئەو کەسانە شارەزابە کە بەحەماسەتەوە دەژین، چونکە ئەزمونی خودی پاڵنەرێکی باشە بۆ سودوەرگرتنو ئارامگرتن لەسەر ناخۆشییەکان.

* ڕێز لە سەرکەوتنە بچوکەکانت بگرە، چونکە لە گەشتی ژیاندا بەردەوام خودی خۆتت بۆ دەردەکەوێت، لەبەرئەوە هەموو زانیارییەکی تەنانەت سادەش بکەرە ڕەزامەندییەکی زاتی بۆ خۆت، چونکە دەتوانێت هانت بدات بەرەو کاری باشترو چاکتر.

* بچۆرە کارێکەوە لە خۆت گەورەتر بێت، ئایا وادەزانیت بەختەوەر دەبیت گەر هیچ حەزو هیواو ئاواتێکت نەبێت لە ژیاندا؟ بوارێک هەڵبژێرەو لە پێناویدا هەوڵ بدە.

* با پێوەری باوەڕت دەربارەی سەرکەوتن ئەوە نەبێت کە بەدەستت هێناوە، بەڵکو ئەوە بێت کە حەز بکەیت بەدەستی بهێنیت.

* ئەوە ڕوون بۆتەوە کە دەکرێت دەروون ڕابهێنرێ لەسەر باوەڕ، ئەوەش ڕوونبۆتەوە کە دەستگرتن بە هۆکارەکانی باوەڕەوە لە زۆر کاتدا ڕزگارت دەکات لە دوودڵی، لەبەرئەوە ئێمە دەتوانین خۆمان ڕابهێنین لەسەر خودێکی پتەوو دەرونێکی گەشبین، بە دڵنیاییەوە ئەمەش بە چاوەڕوانی، یان ڕووداوێکی سەیر نابێت، بەڵکو پشت ئەستوورە بە باوەڕو توانای ئەو کەسە خۆیەوە، چونکە:

- ئەو کەسەی کە پارەی لە دەستداوە.

- ئەو قوتابییەی کە دەرنەچووە.

-ئەو کارمەندەی ئاواتەکەی نەهاتۆتە دی.

-ئەو کەسەی لە دڵەڕاوکێی چاوەڕوانیو بەرپرسیارێتیدایە.

- ئەو کەسەی توشی نەخۆشییەك بووەو پێویستی بە چارەسەرێکی درێژخایەنە.

دەتوانێت سەرلەنوێ دەستپێبکاتەوە گەر پرچەك بێت بە باوەڕ، باوەڕ بەوەی کە:

سەرکەوتن لە ئەزمونەکانییەوە سەرچاوە دەگرێت، گەشبین بێت بەرامبەر ئایندەیەکی باشتر، ئەوەی کە داواکراوە کەمێك باوەڕە کە دڵمانی پێ ئاوەدان بکەینەوە، (کارل یونج) دڵنیامان دەکاتەوە لەوەی کە باوەڕ بۆ ژیانی ڕۆژانەمان زۆر گرنگە، ئەوەش بە لێکۆڵینەوەیەکی ورد بۆی دەرکەوتووە، ئەوەشی ڕونکردۆتەوە کاتێك کەسێك لە ڕووی دەروونییەوە نەخۆش دەبێت کە لایەنە دینیو ڕۆحییەکەی ونکردبێت، بگرە نەخۆشی دەروونی چارەسەر نابێت تا نەگەڕێتەوە بۆ ژیانی لە لایەنی ڕۆحیو دینییەوە، چونکە بە وتەی (یونج) بەهای دین ئارامی بۆ مرۆڤ فەراهەم دێنێت، بەمجۆرەش ژیانێکی خۆش دەباتە سەر.

جا بۆئەوەی باوەڕت پتەو بێت، دەبێت هەست بە خۆشی بوونت بکەیت، ئەو شتە گرنگانە ئەنجام بدەیت لە کاتو شوێنی دیاریکراودا، چونکە کاتێك گرنگی بە شتە گرنگەکان دەدەیت، ئەوا بوونت گرنگ دەبێت.

زۆرکەس نزا دەکەنو داوای یارمەتی دەکەن لە خودا، کە ئەو بارەیان لەسەرشان سوك بکات، ئەی بۆچی لە بری ئەوە داوای لێناکەن پشتئەستوریان بکات، بیر لەم نزایەی (تاگور)ی شاعیری هیندی بکەرەوە کە دەڵێت:

خودایە ئەگەر سەروەتو سامانت لێداماڵیم، هیوام پێببەخشە.

ئەگەر سەرکەوتنت لێداماڵیم، هێزی ململانێم بدەرێ، تاکو بتوانم هەستمەوە.

ئەگەر نیعمەتی ئارامیت لێسەندمەوە، نیعمەتی باوەڕم بدەرێ.

بوونی خۆت تەرخان بکە بۆ بەها ڕاستو خێرو جوانییەکان، چونکە بە تەنها بەها گەورەکان جیات دەکاتەوە، بەهێزت دەکاتو مانایەك دەدات بە: ژیان، ئاوات، سروشت، خێزان، کارکردن لەگەڵ هاوڕێیان، یاری لەگەڵ منداڵان، ڕەنگە ئەم ساتانە ئەوە بێت کە جوانیو ناسکیو گەرمیو نەرمییەك دەخاتە ئەو دنیایەی کە تۆی تیادا دەژی، بڕوا بەوە بهێنە کە هێزێکی لە تۆ باڵاتر هەیە ئاراستەت دەکات، پارێزگاریت لێدەکات، لێت دەپرسێتەوە، ئیلهامت دەداتێ، زۆر گرنگە کاری خێر بکەیت، لەبەرئەوە بۆچی دەست بەم زانینەوە نەگرینو لەگەڵ خەڵکیش ئەنجامی بدەین؟ بەڵام پێش هەموو کەسێك لەگەڵ خۆماندا ئەنجامی بدەین..

یەکێك لە فەیلەسوفەکان دەڵێت: دەبێت بە هێزی باوەڕی مانەوەت ڕووبەڕووی مەرگ ببیتەوە، ئەمەش نهێنی ژیانە.

سەرچاوە: وصفه معنويات

تەنها نامەیەك بنێرە!



دکتور (خالد المنيف) کە یەکێکە لە ڕاوێژکاری پەیوەندییە خێزانییەکان، دەڵێت:

لە یەکێك لەو خولانەی کە بۆ پیاوان سازمان دابوو، بە هەموو ئامادەبوانم گوت: تاقیکردنەوەیەك دەکەین، بەڵام دەبێت هەمووتان پێوەی پابەندبن!!

ئامادەبووان وتیان: بەڵێن دەدەین کە هەموومان پێوەی پابەندبین.

وتم: هەمووتان (مۆبایل)ەکانتان دەربکەنو نامەیەك بنووسن، تیایدا تەنها وشەی (خۆشم دەوێیت) بنووسنو بینێرن بۆ خێزانەکانیان.

هەندێکیان لایان زۆر گران بوو، هەندێکی تریان بە نابەدڵی نامەکەیان نووسیو هەندێکی تر نەیان نارد. بەوشێوەیە داواکارییەکەیان ئەنجامدا.

دوای چەند خولەکێك زەنگی مۆبایل دەستی پێکرد، لە ناو قاعەکەو هەندێك زەنگی ناردنەوەی نامەش هات.

هەندێ لە وەڵامەکانتان بۆ باس دەکەم:

خێزانی یەکێکیان وتی: ئەمە یەکەم جارە تۆ ئەم وشەیەم پێ بڵێیت، بۆیە هەتاماوم لەسەر ئەم وشەیە ژیانم لەگەڵت بەسەر دەبەمو من زیاتر تۆم خۆشدەوێت، ئەی خۆشەویسترین کەس لە ژیانم.

یەکێکی تر وتی: پیاوەکە ئەوە خێرە، خۆ هیچ ڕووی نەداوە، سەلامەتی؟!!

یەکێکی دی نوسیبووی: دەترسم نەخۆش بیت! چیتە خێرە؟ لە نەخۆشخانەیت؟!!

ئیتر کۆمەڵێك وەڵام هاتەوە بۆ خاوەنەکانیان، بەگشتی باش بوو.

بەڵام سەیرترین نامە کە لە یەکێك لە خێزانەکانەوە بۆ مێردەکەی هاتبوو، زۆر پێی سەیر بوو، چونکە گوێی لەم وشەیە نەبوو، نوسیبووی: ئەوە چییە؟ دەڵێی مۆبایلەکەت دزراوە؟!!!

کەواتە با ئێمە لەم بەسەرهاتەوە، ئەو ڕاستییە بزانین، کەوا پیاوانیش زۆرجار دەستیان هەیە لەو کێشانەی کە دەبێتە هۆی تێکچوونی خێزانو لێکجیابوونەوەی ژنو پیاو، چونکە زۆرجار ئافرەت تەنها پێویستی بە قسەیەکی خۆش هەیە، لە لایەن هاوسەرەکەیەوە کە ببێتە هۆی ئەوەی کە خۆشەویستی نێوانیان زیاد بکاتو زیاتر ئاسوودەبن لە ژیاندا، چونکە ئەو پەیوەندییەی لە نێوان هاوسەراندا هەیە، پەیوەندییەکی گەورەو بەهادارو پڕ لە بەرپرسیارێتییەو ژیانی منداڵو نەوەکانی پێوە پەیوەست دەبێت، لەبەرئەوە چەند هەوڵی ئەوە بدەین ئەو پەیوەندییە پتەوتر بکەینو گرنگی پێبدەین، ئەوا ئاسوودەیی دەروونیمان زیاتر دەبێتو کێشە دەروونییەکان کەمدەبێتەوەو نەوەیەکی تەندروستو ژیر دەخەینە نێو کۆمەڵگاوە.





من لە چاوی ئەواندا!

شاگوڵ عوسمان

بیرمەدێ منداڵ بووم، خاوەنی دووخوشکو برایەك بووم، باوکم بە تۆمەتێك خرایە زیندانەوە، لەبیرمەدێ کاتێك بە کۆڵانەکەدا دەڕۆیشتین هەریەکە بە توانجو تانەیەك بەلای ئێمەدا گوزەری دەکرد، تا ئەو ڕۆژەی کە چومەوە بۆ قوتابخانە، زۆر دەستم هەڵبڕی، مامۆستاکەم کە زۆری خۆشدەویستم هەموو وانەیەك هیوای سەرکەوتنی لە ناخمدا دەچاند، وەك کاغەزێکی گوماناوی فڕێی دامە سەرزەوی، هاوپۆلەکانیشم بەجێیان هێشتم، پێیان دەگوتم تۆ هەمیشە بەگزی یارییەکان دەبەیتەوە، زەمەن هاتو ڕۆیشت، منو پایەکەی گۆڕەپانی قوتابخانە بەیەکەوە یاریمان دەکرد!

بیرمەدێ منداڵ بووم، دەمزانی خێزانەکەم ناکۆکن، تا دەهات ئاژاوەکان زیادی دەکرد، دەنگەدەنگو هاواربوو، هیچ ئاسوودەییەك لە ماڵماندا بەدی نەدەکرا، منو دووبرا بووین، کاتێك دەنگە دەنگ ڕوویدەدا، هەمووجار منو براکانم دەچوینە حەوشەو یاریمان دەکرد، جارجارە سەرمان هەڵدەبڕی بزانین کەی کۆتایی دێت، تا دەهات خراپتر دەبوو! زەمەن هاتو ڕۆیشت، دایکم کۆچی دوایی کرد، ئێمە کەوتینە لای نەنکمو باپیرەم، ئێمە بەدەم یارییەوە بۆ گەیشتینە ئێرە براکەم دەیگووت: دوای تۆپەکە کەوتین، زۆرجار کە باسم لە دایکم دەکرد، ئەوانیش دەیانگوت: نەنکت دەڵێی؟! بێ هیچ سنورێك، هەمیشە ئێمە لە نێو گومانی ڕاستکردنەوەی ئەواندا بووین!

بیرمەدێ منداڵ بووم، زەمەن هاتو ڕۆیشت، لە پۆلی دووەمی سەرەتایی بووم، بڕیاردرا باوکم هاوسەرگیری بکاتەوە، کاتێك خوازیاربوون باشترین ئافرەت هەڵبژێرێت، من دەرچووم بۆ پۆلی چوار، خوشکەکەم لە پۆلی یەك بوو، ئافرەتێکی ڕێكو پێك بوو، هەمیشە خاوەن هەڵوێست، خاوەن سۆزوبەزەیی بوو، یارمەتی دەداین، جلی بۆ دەشۆرین، وانەکانی بۆ شیکار دەکردین، شەوانە بەدیارمانەوە دەبوو، هەرکاتێك پێویستی بکردایە لەگەڵ خۆی دەیبردینە شوێنی کارەکەی، لێیان دەپرسی ئەوە کچی خۆتن؟ کچەکانم جوانن! هەمیشە دەیویست بە باشترین شێوە بێینە بەرچاو، هیچ کات نەئێمە نە ئەو، حەزمان بەگێڕانەوەی چیرۆکی سەندریلا مان نەدەکرد، دەیان پرسی باوەژنەکەتان باشە لەگەڵتان؟ دەیانگوت بۆ هێندە پارێزگارییان لێدەکەیت خۆ منداڵی خۆت نین؟ ئێستا دەزانم ئێمە هێندە لە ژێر پرسیاردابووین، ئاخۆ دادەم چەند لە ژێر لێپرسینەوەی ئەواندا بووە؟!

بیرمەدێ منداڵ بووم، یەکێك لە هاوپۆلەکانم، لە ڕووداوێکی ئۆتۆمبێلدا، قاچێکی لەدەستدا بوو، هەموومان بەجلی مەکتەبەوە دەچوینە قوتابخانە، تەنها ئەو نەبێت، پانتۆڵێکی لەبەردابوو، بەدەر لە جانتاکەی دوو دارشەقی پێبوو، مامۆستا لە ناوەڕاستی ڕیزدا دایناب وو، لە تەنیشت منەوە، هەرکەس لە تەنیشتییەوە دابنیشتایە، باسی لە خۆی دەکرد چۆن ئەوەی بەسەرهاتووە، زۆر بەدەگمەن هاوپۆلەکانی تر دادەنیشتن لەگەڵیدا، تەنانەت بە منیشیان دەگوت هاوڕێی قاچ بڕاوەکە، زەمەن هاتو ڕۆیشت، لە پۆلی شەشەمی سەرەتایی بووم، دایکی منداڵێك چووبوو بۆ لای مامۆستا، کە گوایە کچەکەی لە قاچە دروستکراوەکەی دەترسێت، کێ دەچێتە لایەوە؟ کەس، هاتن منیان لە پۆلی (أ) برد بۆ پۆلی (ی)!

بیرمەدێ منداڵ بووم، باوکم عەرەبانەیەکی پێبوو، من کۆتا منداڵی خێزانەکەم بوو، هەمیشە لە قوتابخانە بەڕاکردن دەگەڕامەوە بۆماڵەوە، هەرچەندە جارجار پێڵاوەکەم لەپێ دادەکەنرا، جانتاکەم یەك شانی پێوە مابوو، بانگیان دەکردم، وەرە مەڕۆ ڕامەکە با یاری بکەین، نا نا باوکم چاوەڕێمە، دایکیشم نانی دەکرد، ڕۆژێکیان دایکم گەڕایەوە هەندێ جلوبەرگو پۆشاكو پێڵاوی پێبوو، وتی: هی ناسیاوێکمانە، بۆ بەیانی منیش پۆشاکەکانم پۆشیو پێڵاوەکانم لەپێکردو جانتاکەم کردە شانم، کە گەیشتمە قوتابخانە پێکەنینێ تاساندمی، ویستم بەسەر خۆمی نەهێنم، هێی، لەگەڵ تۆمە، دایکت دوێنی لە ماڵی ئێمە بوو!

بیرمدێ منداڵ بووم، دایکو باوکم پێکنەدەهاتن، چەند ڕۆژ جارێك لای یەکێکیان دەبووم، من بێزاربووم لەو ژیانە سەفەرییە، تاڕۆژێکیان بیرمدێ پرسیم: من دەمەوێت ئێوە بێن بۆلام، هەرجارێك لای دایکم، باسو خواسی باوکم بوو، هەرجارێکیش دەچوومە لای باوکم باسو خواسی دایکم بوو، من ببوومە پشکۆی نێوانیان، هەمیشە دەیاندا لە ڕووم تۆ کوڕی ئەو نیت، تۆ کوڕی ئەو نیت، کە کوڕیانم؟! بۆ یەکێکیان بەخشندەتر نین، منیش شەرم بەیارییەکانم دەفرۆشت، تۆ یاریی من نیت تۆ بوکەڵەی منیت، تۆپەکەمم دەدڕاند، فوتابخانە کرایەوە، وابڕیاربوو سێ ڕۆژی بەیانیان لای دایکم بم، سێ ڕۆژی نیوەڕوان لای باوکم بم، هەموو بێئاگابوون، بەسەر شەقامەکەدا دەڕۆیشتم، بەنیازبووم بپەڕمەوە، ترافیك سووربوو، هۆڕین لێدەدرا، منیش سوربووم لەسەر ڕۆیشتن!

بیرمدێ منداڵ بووم، تاقانەی ماڵی خۆمان بووم، لە خێزانیکی بەختەوەردابووم، دایەگیان هەموو منداڵەکان باس لە خوشکو برای خۆیان دەکەن، بابەگیان منیش حەزدەکەم خوشکێك، یان برایەکی ترم هەبێت، کچە جوانەکەم منو دایە دڵمان نایە تاقانەی دڵی خۆمان برەنجێنین، زەمەن هاتو ڕۆیشت، بووین بە کرێچی ناسیاوێکی خۆمان، من زۆر حەزم دەکرد بچینە ئەوێ، چونکە ئەوان دوومنداڵی هاوتەمەنی منیان هەبوو، بەڵام دایەو بابە هیچ حەزیان نەدەکرد، بچینە ئەوێ، زۆر ڕێیان پێنەدەدام لە هەموو شوێنێك بمێنمەوە، هەمیشە بەتاقانە بانگیان دەکردم، چومە فوتابخانە، ڕۆژێکیان باوکم نەیدەتوانی بێ بەشوێنما، شۆفێری تەکسی بوو، منیش بۆخۆم چوومەوە بۆ ماڵەوە، کە گەیشتمەوە دایکم لە ماڵ نەبوو، خاوەن ماڵەکە بانگی لێکردم وەرە لای من تا دێنەوە، پاش کەمێك سەر قاڵ بووم بە وێنەکردنەوە، وتی: تۆ لەگەڵ کچەکەی مندا لە دایك بوویت، هەرچەند تۆ دەبینم، من لێم دەڕوانیو زەردەخەنەم بۆدەکرد، کارەساتێکم بەبیردێتەوە، وەیشو ئازارەکەی لە دڵمدایە، ڕاستەکەی، دایکم پێی وتووم کە منو ترێ بە یەکەوە لە دایکبووین، نا نا هەرگیز! ئەوان منداڵیان نییە، لە ڕووداوێکدا دایکو باوکت مردن، سێوە، سێوەگیان، تاقانەکەم، ئەوە مامت هاتەوەو گوێم لە دەنگی ئامۆژنتە!

هەر تۆ باپیرەت نییە!



و: ئەسکەندەر ڕەحیم

ڕۆژێك کڵاوفرۆشێك بە دارستانێکی چڕوپڕدا تێدەپەڕی، بڕیاریدا لە بن دارێکدا، بۆ ماوەیەك بحەوێتەوە. بۆ ئەم مەبەستە کڵاوەکانی لە تەنیشت خۆیدا داناو سەرخەوێکی شکاند. وەختێك بەخەبەرهات، سەیری کرد، کڵاوەکانی نەمابوون. کاتێك تەماشای ژوور سەری خۆی کرد، بەسەر درەختێکەوە بڕێك مەیموونی کەوتە بەر چاو، کە کڵاوەکانیان ڕفاندبوو.

کڵاوفرۆش بیری کردەوە، چۆن کڵاوەکانی بگێڕێتەوە، لە کاتی بیرکردنەوەدا، بە پەنجەکانی سەری خۆی دەخوراند، بینی مەیموونەکانیش هەمان شت دووبارە دەکەنەوە. کڵاوفرۆش کڵاوەکەی خۆی -کە لە بن سەریدا دایناب‌وو- بە دەستەوە گرت.. بینی مەیموونەکانیش لاسای دەکەنەوە، سەرەنجام بەو بیرە گەیشت کە...

کڵاوەکەی خۆی فڕێ بداتە سەر زەوی.. هەر لەبەرئەوە، ئەو کارەی کردو مەیموونەکانیش کڵاوەکانیان هاویشتە سەر زەوی. ئیدی کڵاوفرۆش، کڵاوەکانی کۆ کردەوەو بەرەو شارەکەی ملی ڕێی گرتەوەبەر.

ساڵ هاتو ساڵ چوو، کڵاوفرۆش بوو بە باپیرە. نەوەیەك لە نەوەکانی، هەر وەك باپیرەی، کاری کڵاوفرۆشی دەکرد. باپیرەش بەسەرهاتەکەی بۆ نەوەکەی گێڕایەوە، جەختیشی لەسەر ئەوە کردەوە، ئەگەر بارودۆخێکی وەهای بۆ هاتە پێش، هەمان ئەو ڕەفتارانە بنوێنێت، کە ئەو نواندوویەتی، بۆئەوەی بەسەربەرزی دەربازی ببێت.

ڕۆژێك کوڕەزا کڵاوفرۆشەکەی باپیرە، بە هەمان دارستاندا تێپەڕیو لە بن دارێکدا پشووی دا. هەمان ڕووداو بۆ ئەمیش ڕووی دایەوە.

کوڕەزا کڵاوفرۆشەکە دەستی بە خوراندنی سەری کرد، مەیموونەکانیش هەمان کاریان کردەوە. کڵاوەکەی بە دەستەوە گرت، مەیموونەکانیش وەهایان کرد. دواجار کڵاوەکەی هەڵدایە سەر زەوی، بەڵام مەیموونەکان ئەم کارەیان نەکرد!

یەکێك لە مەیموونەکان لە دارەکە هاتەخوارەوەو کڵاوەکەی بەدەستەوە گرتو لە پەنا گوێیدا هاواری کردو گوتی:

وا دەزانیت.. هەر تۆ باپیرەت هەیە!

نەست و بنەما

بەڵێن ئەنوەر

ئەگەر سەیری هاوکێشەکانی ئەم ژیانە بکەین، دەبینین زۆربەیان لە ئەندێشەی مرۆڤەکاندا بەبێ وەڵام ماونەتەوە، بەشێوەیەك کە هەر کەسێك تێڕوانینێکی جیاوازی هەیە لەمەڕ شیتەڵکردنی چێوەو ناوەڕۆکی هاوکێشەکانو شیکارکردنی ئەو پرسیارانەی کە پەیوەندی بە ژیانو چارەنوسی کەسەکەوە هەیە، هەربۆیە تاوەکو مەوداکانی ژیان لە زەینی مرۆڤەکاندا تەسك ببنەوە، ئەوەندەش هاوکێشەکان زۆرتر دەبنو پێویستیان بە شرۆڤەکردنی زیاتر دەبێت.

مرۆڤ کاتێك دەتوانێت تەفسیرێکی ڕەوان بۆ بابەتو بارودۆخەکان بکات، ئەگەرهاتو توانی بە زمانی ئەوان بدوێتو گوزارشت لە لایەنەکانیان بکات، ئەگەر بارودۆخ بەشێوەیەکی کتوپڕ پرسیارێك لە زەینی کەسێکدا دروست بکات، ئەو کەسە پێویستی بەوە دەبێت کە بە زووترین کات بچێت بە دوای وەڵامەکەیدا بگەڕێت، چونکە ئەگەر ماوەی دروستبونی پرسیارەکان زۆر دووربکەونەوە لە گەیشتن بە وەڵامەکانیان، ئەو کاتە ئەگەر وەڵامیش بدرێنەوە وەڵامێکی موقنیعو دڵنیاکەر نابن بۆ کەسەکە، چونکە نەستی زمانو دۆخی دروستبونی پرسیارەکە لە ئاوەزی کەسەکەدا دووردەکەوێتەوە، لە نەستی زمانو دۆخی وەڵام لای کەسی وەڵامدەرەوە، کەواتە لە کاتی خۆیدا مامەڵەکردن لەگەڵ کاتو هەلومەرجەکاندا سەرمایەیەکی دەوڵەمەندە بۆ بیناکردنی باڵەخانەی ئەزمونو ڕاڤەکردنی نهێنییەکانی تێگەیشتن لە کاتو دۆخەکان.

ئەگەر ڕووی ئاڕاستەی قسەکانمان بکەینە سەر بنەما، ئەوا دەتوانین بڵێین کە بوونی بنەما میتۆدێکی سەرەکییە بۆ شوناسی چییەتی مرۆڤەکان»، واتە مرۆڤ بەهۆیەوە دەتوانێت ئەو شتە بەدەستبهێنێت کە مەبەستێتیو خۆی بۆ تەرخانکردووە»، ئێمە ئەگەر بمانەوێت یەکتری بناسینو ناوەرۆکی گوزارشتەکانی یەکتری هەڵبسەنگێنین، دەبێت پێش هەموو شتێك بگەڕێینەوە بۆ بنەما، چونکە بنەما دەروازەیەکی سەرەکییە بۆ کرانەوەی مرۆڤ بەڕووی کۆمەڵگاو جیهاندا.

زۆرجار مرۆڤەکان دیوارێك لە نێوان دەربڕینو بنەماکانیان هەڵدەچنن، لەم میتۆدەوە دەیانەوێت خۆیان لەو دەستەو لایەنانە نزیك بکەنەوە کە مەبەستیانە، واتە مرۆڤ لەم ڕوانگەیەوە بە کردار وێنای دوو لایەن دەکات، لایەنێکیان خودی بنەمایەو لایەنەکەی دیکەشیان پاشکۆی بنەما ئەسڵییەکەیەو دروستکراوە، کە مرۆڤەکە خۆی قەناعەتی پێیەتیو متمانەی پێداوە. بەهەرحاڵ بوونیان شتێکی پێویستە بۆ مانەوەی مرۆڤ بە نەگۆڕی، بەڵام ئێمە باس لە بنەمایەك دەکەین کە بەڵگە نەویست بێتو خاوەنی سەرچاوەیەکی نەگۆڕ بێت، نەك بنەمایەك بێت مرۆڤی بە تەواوی ڕەها کردبێتو هەرچییەکی بوێت بەبێ هیچ ڕاوێژێك ڕاستەوخۆ ئەنجامی بدات!

ئەوانەی کە بەرژەوەندی خۆیان لە دروستکردنی بنەمایەکی دەستکردا دەبیننەوە، کەسانێکن کە ئەسڵەن لە چەمکی ژیانی دونیا حاڵی نەبوونو نایانەوێت بە بنەمایەکی جێگیر خۆیان لە قاڵب بدەنو پشت بە بنەمایەکی نەگۆڕ ببەستن، چونکە بە بۆچوونی خۆیان وای دەبینن کە بوونی سەرچاوەیەکی نەگۆڕ مرۆڤ لە کاروانی پێشکەوتنو گەیشتن بە ئارەزووەکانی دوادەخات!

بەڵام ئەمە هەرگیز لەگەڵ واقیعو لۆژیکدا یەکناگرێتەوە، ئەمڕۆ زۆربەی وڵاتانی جیهانی وەکو: (بەلجیکا- بەریتانیا - نایجیریا - تایلەند- نیوزلەندا...هتد)، لە ڕاپۆرتی ساڵانەی خۆیاندا ڕایانگەیاندووە کە زۆربەی تەنگەژە فیکریو ئەخلاقیو ڕامیاری و کۆمەڵایەتییەکانیان بەهۆی بوونی فرە ئایدۆلۆجیاو سەرچاوە دەستکردەکانیانەوە بووە، کە ڕۆژ بە ڕۆژ هاوڵاتیانی ئەو وڵاتانە لە ڕیزی بەها مرۆڤایەتییەکانیان دێنە خوارەوەو هەڵسوکەوتەکانیان نەشیاوو نەخوازراو دەبێت، کەواتە ئایا ئەمە نەفامی نییە کە ئێمە داوای ئەزمونێك بکەین کە سەرتاپای هەر تێکشکانو ڕووخانی فەرهەنگو نەریتو بەها مرۆییو ئەخلاقیەکان بێت؟

کەواتە قەیرانەکان لە نیزامی دیکتاتۆرییەتی عەقڵدا ئەو مەفهومە زاڵەیە کە بانگەشە بۆ مانیفێستی ڕێبەر قۆرخکاری ئایدۆلۆجیەت دەکات، نەك گرنگیدان بە ماهیەتی ئیبداعی عەقڵ! کە لێرەدا ناوەندی مامەڵە» خودی ئەو

شرۆڤە فیکرییەیە کە مەغزای میکانیزمی خۆسەپاندن لە ڕواڵەتێکی دەستکرددا ئاوێتەی بنەمای»مانیفێستی ماکیاڤلیو مۆسۆلۆنیو ئابراهام لینکۆڵنو فاشۆلۆنیو دسپۆتیزمو ...هتد دەکات.

هەمیشە ڕایەڵەی پەیوەندییەکان ئەو شتە دروستی دەکات کە ئێمە مەبەستمانە، کەواتە دەبێت بەهەمان ئەو شتە گوزارشت لەو واقیعییەتە بکەین، بەو واتایەی پردێك بێت کە مەوداکان بگەیەنێتەوە یەكو ئەگەر نەتوانێت هەموو چەمکەکان کۆبکاتەوە، لانی کەم بتوانێت تەعبیرێکی ڕەوانیان بۆ بکات، واتە نە ئەوەندە ڕای بکێشێت بەلای خۆیدا، نە ئەوەندەش لێی دووربکەوێتەوە کە وای لێبێت بە ئاسانی بۆسەی بۆ بنرێتەوە، بۆیە ئێمە کاتێك داوای دروشمێك، یان بنەماو مەبدەئێك دەکەین»، دەبێت بە هەمان ئەو مەبدەئە گوزارشت لەو حاڵەتو بارودۆخانە بکەین کە ڕۆژانە دێنە ڕێگەمان، چونکە سەرکەوتنی مرۆڤ لەوەدایە کە بتوانێت گوزارشت لە شتێك بکات بەبێئەوەی لە ئەسڵی شتەکە بگۆڕێت، کەواتە هەر لەو ڕوانگەیەشەوە دەبێت گۆڕانەکان ببینێت.

دەگێڕنەوە، لە سەردەمە دێرینەکاندا لە شاری (ئەنتاکییە) نەریت وابووە کە لە هەر سەرە کۆڵانێکدا چرایەك دادەنرا، بۆئەوەی خەڵکانی نەشارەزاو ڕێبواران توشی سەرلێتێکچوونو هەڵە نەبن، شەوێکیان کابرایەك کە خەڵکی ناو شاربوو بە کۆڵانێکدا دەڕۆیشت لە ناکاو کەوتە ناو چاڵێکەوە، ژنێك لە دوورەوە حاڵەتەکەی بینی، یەکسەر دایە قاقای پێکەنین، کابراش گوتی: لە جیاتی ئەو پێکەنینە چرایەکت لە پێشمەوە دابنایە باشتر نەبوو؟ ژنەکەش گوتی: تۆ کە چرا نابینی ئەی بە چرا چی دەبینی؟

بەڕاستی ئەو ئافرەتە ڕاستی فەرموو، ئێمە کە خۆمان چراو ڕوناکییەکان نابینین، ئیتر بۆ نکۆلی لە هەبوونیان بکەین، ئارەزووی کرانەوەو ڕزگاری دەکەین، بەڵام ئەو ڕێگایەمان بەرداوە کە ئەو ئارەزووەمان بۆ فەراهەمدێنێت، کەواتە با بزانینو تێبگەین «کە کەشتی بەناو وشکانیدا ناڕوات)!

لێرەوە دەڵێم ستایش بۆ خودا کە بە بنەمایەکی نەگۆڕ ڕێزی لە مرۆڤ ناوە، تاکو نەکەوێتە ناو داوی فشارو هەڵپەی ئارەزووپەرستو نەفامانەوە!

تۆ هەژار نیت.. ئێمە هەژارنین.. کەسمان هەژارنین

ئا: هێمن محەممەد عەلی

جوانترین وتەیەك کە دەمەوێت بیکەمە دەستپێکی بابەتەکەم، ئەم فەرموودەیەی خودای پەروەردگارە کە دەفەرمووێت: (و إن تعدوا نعمةالله لاتحصوها))، پەروەردگاری خاوەن میهروسۆز ئاگادارمان دەکاتو پێمان دەفەرمووێت: ئەگەر بتانەوێت نازونیعمەتەکانی خودا بژمێرن ناتوانن، بەڕاستی ناتوانین، چونکە هەرکەسێك لە ئێمە چەندین نازو نیعمەتی پەروەردگارمان بەسەرەوەیە، هەربۆیە کەسمان هەژارنین.

لەم ماوەیەی پێشودا لەگەڵ کەسێکدا گفتوگۆم دەکرد، ئەو لە ڕووخسارو شێوەی خۆی ڕازی نەبوو!! منیش پێم گوت: بۆچی لە خۆت ڕازی نیتو خۆت بە کەم دەزانیت؟! ئایا تەنها ئەو ژیرییەی خودای گەورە پێی بەخشیوین، دەیگۆڕینەوە بە هەموو سەروەتو سامانی دنیا؟! وتی: نەخێر، وتم: کەواتە بۆچی لە خۆت ڕازی نیت؟!

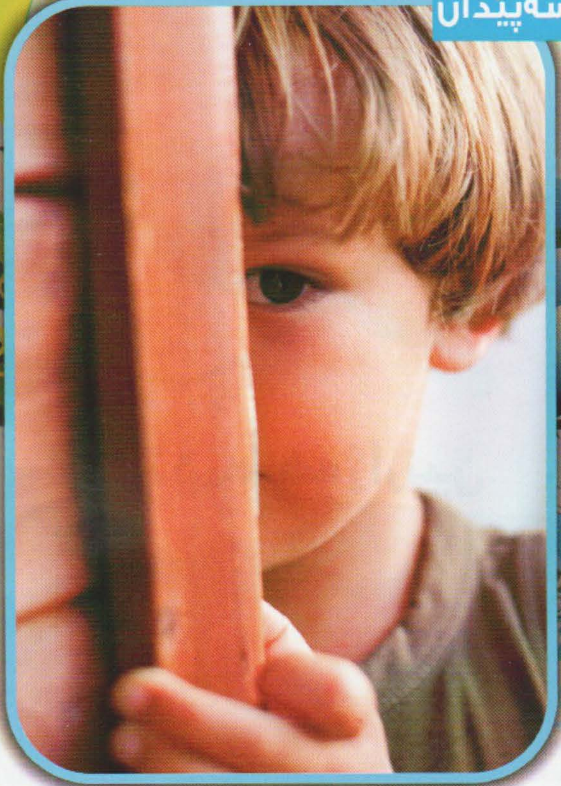
خوێنەری بەڕێز، ئایا تەنها یەکێك لە قاچەکانت دەگۆڕیتەوە بە تازەترین مۆدێلی ئۆتۆمبێل؟! ئایا تەنها یەکێك لە چاوەکانت دەگۆڕیتەوە بە چەندین بەستە لە دینارو دۆلار؟! بێگومانم دەڵێیت نەخێر، کەواتە منیشو ئێوەش هەژارنین، نەك هەر هەژارنین، بەڵکو زۆریش دەوڵەمەندین، لەبەرئەوەی دەتوانین بخۆینو بخۆینەوە، بڕۆینو بێین، هەستینو دانشین، ببینینو ببیستینو قسە بکەین، دەبێ سوپاسی خودا بکەین.

هاوڕێیەکم گوتی: جارێکیان چوین بۆ لای خێرخوازێکی دەوڵەمەند، بۆئەوەی لە پرۆژەیەکی خێرخوازیدا یارمەتیمان بدات، زۆر بەگەرمی پێشوازی لێکردین، مەبەستی چونەکەمان بۆ ڕوونکردەوە، ئەویش بە پێی توانای خۆی یارمەتی داین، لە کاتی گفتوگۆکردنماندا پارچەیەك حەبی دەرهێناو دانەیەکی لێخوارد، ئێمەش گوتمان: ئەوە خێرە، خۆنەخۆش نیت؟! لە وەڵامدا وتی: چی بڵێم؟! من کەسێکی زۆر دەوڵەمەندو خاوەن سەروەتو سامانم، لە هیچ شتێکم کەم نییە، بەڵام بڕوابکەن ماوەیەکی زۆر بە بێ خواردنی حەبی خەو، خەوم لێناکەوێتو ناتوانم بخەوم!! بە هەرحاڵ داوای شیفامان لە خوا بۆ کردو ماڵئاواییمان لێکرد، لە گەڕانەوەماندا بە لای بینایەکی بەرزدا ڕۆیشتین، هێشتا تەواو نەببوو، مۆلیدەیەك بە دەنگی بەرز کاری دەکرد، لە تەنیشتییەوە چەند گلۆپێکی بلاجکتۆری بەهێزو گەورەش هەڵکرابوون، ئەمانەی کە باسم کرد سەیر نەبوون، ئەوەی زۆر جێگەی سەرسووڕمان بوو ئەوەبوو، پیاوێك کە بە پاسەوانی ئەو بینایە دەچوو، زۆر بە ئارامیو هێمنی لەسەر پارچە مقەبایەك خەوی لێکەوتبوو!!

بەڵێ پیاوە دەوڵەمەندەکە بە حەب نەبوایە نەیدەتوانی بخەوێت، بەڵام ئەم پاسەوانە لەسەر شەقامو لەسەر پارچە مقەبایەك زۆر بە ئاسانیو بە زوویی دەستلەملانی خەوببوو، بەڵێ مرۆڤ دەتوانێت جێگەی نەرمو نۆڵ بکڕێت، بەڵام ناتوانێت خەوبکڕێت، هەروەها دەتوانێت خانووی گەورەو فراوان بکڕێت، بەڵام ناتوانێت بە ئاسانی بەختەوەری بەدەست بهێنێت، کەواتە با دەستی بە سوپاسگوزاری بۆ ئاسمان بەرزبکەینەوەو شوکرانە بژێربین بەرامبەر ئەو هەموو نازو نیعمەتانەی پەروەردگار پێی بەخشیوینو سەیری کەسانی لە خۆمان هەژارو نەدارتر بکەین، نەك کەسانێك کۆشكو تەلاریان هەیە، بەڵام لەشساغیو بەختەوەریمان نییە!

ئا: هیوا ئارام

ئایا کەسێکی شەرمنی؟



هەرچەندە شەرم بە یەکێك لە نەخۆشییە دەروونییەکان ناژمێرێت، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا دیاردەیەکی دەروونییە، شوێنەواری نەخوازراو لەســەر دەروونی کەسی شــەرمن جێدەهێڵێت، هەروەهــا دەبێتە هۆکارێك بۆ کێشــەو گرفتی زۆر، دەبینت کەســی شــەرمن هەڵسـوکەوتو مامەڵــەو پەیوەندییەکانی لەگــەڵ دەوروبەرو کەسەنزیکەکانیو دۆستو هاوڕێکانی ئەستەمو قورســە، ئــەوەش دەبێتــە ڕێگر لە بەســتنی پەیوەنــدی هاوڕێیەتــی لەگەڵیــدا، بەهەرحاڵ دەمانەوێت لە ڕێگەی ئەم پرسیارانەی خوارەوە هەڵســەنگاندنێك ئەنجام بدەین، تــا بزانین ئایــا ئێمەش کەســێکی شــەرمنین، یاخود نا، چونکە دەستنیشانکردنو دیاریکردنی نەخۆشی گرنگتــرە لــە چارەســەری، پزیشــك دەرمانو چارەســەر نادات بــە هیچ نەخۆشــێك تا ئەو ســاتەی نەخۆشــییەکە دیاری دەکات، ئێمەش دەمانەوێت ســەرەتا نەخۆشییەکە لە خۆماندا دیــاری بکەیــن، پاشــان بە ویســتی خــودا لە ژمارەکانی ئایندەدا چەند بابەتێك سەبارەت بە شەرمو هۆکارو چارەسەرەکانی بڵاوبکەینەوە.

ئێســتا بەخێرایی وەڵامی ئەم پرسیارانە بــدەرەوە، بەمەرجێــك نابێــت زۆر بیــری لێبکەیتــەوە، دەبێت دەســتبەجێو بەخێرایی وەڵامەکانت بدەیتەوە:

تێبینی: سەرجەم پرسیارەکان بە (بەڵێ)و (نەخێر) وەڵامدەدرێتەوە..

١- ئایا بە ئاسانی هەستەکانت دەردەبڕیت بۆ بەرامبەرەکەت؟

٢- ئایــا حەزدەکەیــت لــە بۆنــە کۆمەڵایەتییەکاندا تــۆ لە دووری ئامادەبووان ڕابووەستی؟

٣- ئایــا تــۆ کەســێکی بە ئاســانی تورە دەبیت؟

٤- ئایا بۆ ماوەیەکی زۆر دوودڵو ڕاڕا دەبیت، پاش تێپەڕبوونت بە هەڵوێستێکی ناخۆشدا؟

٥- ئایا هەندێجار هەست دەکەیت کە بەبێ هیچ هۆکارێك بارودۆخی دەروونیت تێکچووە؟

٦- ئایا هەســت بە شــڵەژانو شــپرزەیی دەکەیــت، کاتێك کەســێك داوای ئەنجامدانی کارێکت لێدەکات؟

٧- ئایا هەســتت برینــدار دەبێت کاتێك ڕەخنەیەکت ئاڕاستە دەکرێت؟

٨- ئایــا هەندێجــار شــەرم لە خۆشــت دەکەیت؟

٩- ئایا وا بەباشــتر دەزانیت کە هەمیشە لە کۆمەڵو هاوڕێکانتەوە دووربیت؟

١٠- کاتێــك دەڕۆیت بــۆ ئاهەنگێك، ئایا هەمیشــە حەزدەکەیت بە تەنها دانیشیت، یان تەنها لەگەڵ یەك لە هاوڕێکانت دابنیشیت؟

١١- ئایــا هەمیشــە هــەوڵ دەدەیــت، کە شەرمنیت بشاریتەوە؟

١٢- ئایــا لە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشــەو گرفتو تەنگژە، دەترسیت؟

١٣- ئایا هەوڵێکی زۆر دەدەیت بۆئەوەی لە بۆنە کۆمەڵایەتییەکان خۆت بەدوور بگریتو بەشداری نەکەیت؟

١٤- ئایــا کاتێــك دەکەویتــە ناوەڕاســتی گروپەکەتەوە، زۆرجار بابەتێك شــك نابەیت قسەی لەسەر بکەیت؟

١٥- ئەگەر کەســێك بانگهێشــتی کردیت بۆ قســەکردن لەســەر بابەتێك کە تۆ شارەزا بوویت تێیدا، ئایا خۆت ڕێکدەخەیتو بە دەم بانگهێشتەکەوە دەچیت؟

١٦- ئایا هەمیشە قسەکردن لەگەڵ کەسانێك کە لەوەو پێش نەتناسیون، ڕەتدەکەیتەوە؟

١٧- ئایــا بــە ئاســانی دووچــاری عەرەقکردنەوەی زۆر دەبیت؟

١٨- ئایــا هاوڕێیەتی کەســانی دەوربەرت بەلاتەوە کارێکی قورسو گرانە؟

١٩- ئایا پێتباشە کە هیچ کات قسە لەسەر ڕۆشنبیری سێکسی نەکەیت؟

٢٠-ئایــا هەمیشــە هاوبەشــیت لــە ڕووداوەکاندا ڕەتدەکەیتەوە؟

٢١- ئایا هەســت بە ترس دەکەیت، کاتێك دەچیتە شوێنێك کەسانێك کۆبوونەتەوەو قسە دەکەن؟

٢٢-ئایــا هەمیشــە حەزدەکەیــت لەگەڵ هاوڕەگەزەکانتدا هاوڕێیەتی بکەیت؟

٢٢- ئایــا بەلاتەوە کارێکی ئاســانە کە لە گفتوگۆو ڕاگۆڕینەوەدا شکست بهێنیت؟

٢٣- ئایا لە بیستنی چیرۆکی ناپەروەردەیی هەست بە شەرم دەکەیت؟

٢٤- ئایــا هەمیشــە لــە هەڵسـوکەوتو مامەڵەتدا، پابەندیت بە دابــو نەریتەوە؟

٢٣- ئایــا هەســت بە بارگرانی و شــەرم دەکەیت، کاتێك بە تەنها قسە لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەر دەکەیت؟

٢٤- ئایــا هەســت بە دڵتەنگــی دەکەیت، کاتێك وەڵامی ئەم پرسیارانە دەدەیتەوە؟

٢٥- ئایا لە سەرەتای هەموو گفتوگۆیەکدا لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت، هەست بە شەرمو نارەحەتی دەکەیت؟

هەڵســەنگاندن: أ- ئەگــەر وەڵامــی (١٥) پرســیارت بە (بەڵێ) دایەوە، ئەوا تۆ کەسێکی بە ڕێژەیەکی زۆر شەرمنیت..

ب- خۆئەگەر تەنها (٩) پرسیارت بە (بەڵێ) وەڵامدایــەوە، ئــەوا بە ڕێژەیەکــی مامناوەند شەرم لە دەروونی تۆدا بوونی هەیە.

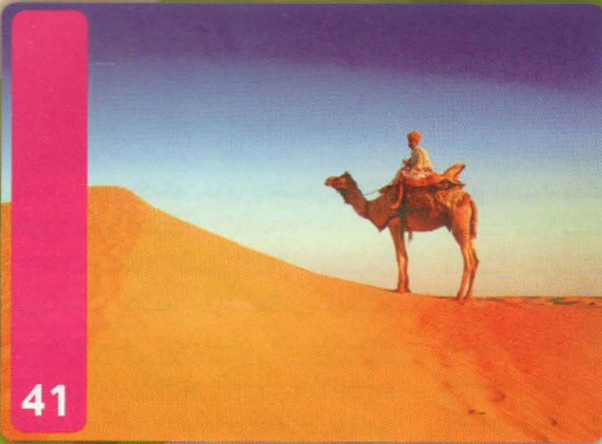
ج- ئەگەر تەنها (٥) پرســیارت بە (بەڵێ) وەڵامدایــەوە، ئەوا ڕێژەی شــەرم لە دەروونی تۆدا ڕێژەیەکی سروشتییە.

پەروەردە











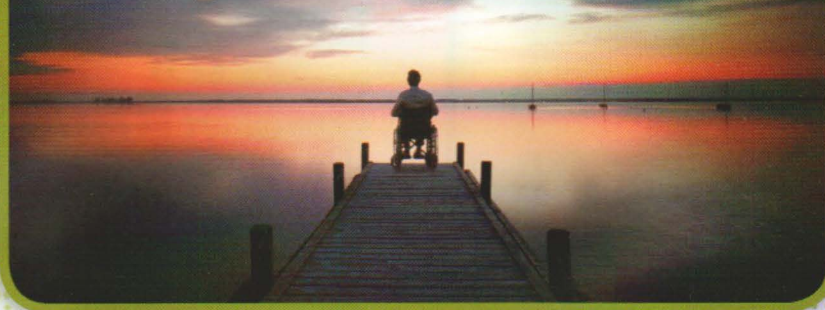






وشەکانی بریندداریان کردم!

پێگەرد فارس



ئەم چیرۆکە خەیاڵی نییەو پاڵەوانی چیرۆکەکە خۆی بەسەرهاتەکە دەگێڕێتەوەو دەڵێت:

هەفتەیەك لەمەوپێش لەگەڵ هاوڕێکانم کاتە خۆشەکانی ژیانم بەسەردەبردو بڕیارمان دا، پێکەوە سەردانی بازاڕ بکەین و هەندێك پێداویستی بکڕین، لە کاتی بازاڕکردنەکەماندا بووین، منداڵێك دەستی دایکی گرتبوو بە پەنجەی ئاماژەی بۆ من کردو لە دایکی پرسی: دایە بۆچی ئەو کوڕە قاچی وایە؟! بۆچی وا ڕێ دەکات؟! پرسیارەکەی بۆ من نوێ نەبوو، چونکە ئەو پرسیارە بۆ من چەند بارەبوو، بەڵام ئەوەی منی ئازاردا وەڵامی دایکی بوو، وەك بۆمبێك وابوو بەرگوێم کەوتو پارچەکانی دایان لە دڵم و زۆر بە سەختی بریندداریان کردم! دەزانن وەڵامی ئەو چی بوو؟ بە بیانووی ئامۆژگاری ڕۆڵەکەیەوە منی هەژاندو لە ناخەوە گریاندمی، وتی کوڕم لەبەرئەوەی بە گوێی دایکی نەکردووە، بۆیە خوای گەورە سزای داوەو قاچەکانی پەکخستووە! کەوایە پێویستە هەمیشە تۆش گوێڕایەڵی من بیت.

تۆ ئەی دایکی بەڕێز، کە ویستت ئامۆژگاری منداڵەکەت بکەیت، بەبرینێکی گەورە منت بریندارکرد، خۆزگە دەنگت کەمێك نزم دەکردەوە کاتێك ئەوەت بە ڕۆڵەکەت گوت، بەڵام تەنانەت هەوڵیشت نەدا دەنگت نزم بکەیتەوە، لەوانەیە پێت وابێت وەك قاچەکانم لە کارکەوتوون، هەر بەو شێوەش عەقڵ و هۆشم لە کار کەوتووەو لەوەی دەیڵێیت من تێناگەم!

١٦ ساڵی تەمەنم لە مەڵبەندەکانی تەندرووستی بەسەربرد، بۆ چارەسەرو هیچ نەبێت ئەگەر چارەسەری تەواویش نەبێت هەر بگەمە ئاستێکی سروشتی، دایکی بەڕێز من خوای گەورە سزای نەداوم، خوای گەورە لە سکی دایکم هەربەو شێوەیە خوڵقاندومی و نەمتوانیوە وەك هەموو منداڵانی تر بە قاچەکانی خۆم ڕێ بکەم، بەڵکو بە هۆی کورسی جوڵاوەوە ڕێم کردووە! سەرەڕای ئەوەش خۆم نەداوە بەدەستەوەو هیوام بە خوای باڵادەست زۆربووەو تا ئەو ڕادەیە چوومەتە ژێر باری گرانترین نەشتەرگەرییەوەو نائومێد نەبووم هەرچەندە چەندینجار بێ یارمەتی هیچ کەسێك هەوڵی هەستانە سەرپێم داوەو کەوتووم، نەرووخاوم و بیرم لە هەوڵی تر کردووەتەوە!

خۆشترین و ئاسوودەترینی ساتەکانی ژیانم، ئەوەیە کە بتوانم بەبێ یارمەتی کەسانی دی لەسەر پێکانم بوەستم و هەنگاو بنێم، ئەوە لای تۆ هیواو ئاواتێکی گێلانەیە، لەوانەشە هەرگیز بیر لەو نیعمەتە گەورەیە نەکەیتەوە کاتێك بێ هیچ هۆکارێك و بە ئاسانی هەڵدەستیتە سەرپێ و ڕێدەکەیت، بەڵام من کاتێك بەخەبەر دێم زۆر بە بەختەوەرانە لەو ماڵەی خوای گەورە پێی بەخشیوم دەبەخشمەوەو سوپاسگوزاری دەبم بۆ ئەو خانوەی پێی بەخشیم، کە بووەتە پاڵنەرێکی گەورەو ئارامییەکی زۆر بۆ بەرگەگرتنم لەسەر ئەو ئازارانەی لەچارەسەرکردنم دەیچێژم، تەمەنم هەموو بە ڕێکرد لە ڕاهێنان کردن بۆ وەستان و هەستانە سەرپێ!

خێزانە میهرەبانەکەشم زۆر یارمەتیان دەدام لە خوای گەورە دەخوازم پاداشتیان بداتەوە، چونکە هیچ بێ هیوا نەدەبوون و بەردەوام هانیان دەدام بۆئەوەی ببمە کەسێکی تەواو لە جەستەدا، بە ویستی خوای گەورە پاش ١٥ ساڵ چاوەڕوانی توانیم بە پێیەکانم بڕۆم!

ئەو ڕێکردنەی کە بە کەمئەندامی، یان سزادراو لە لایەن خوای گەورەوە پێناسە دەکرا، من بە فەزڵ و ڕەحمەتی خوای گەورەی دەزانم، لە هەمان ئەو ڕۆژەی توانیم هەستم و چارەسەرم تەواو بوو، بڕیارم دا یەکەم شوێن کە بۆی بچم مزگەوت بێت، تا نوێژی تێدا بکەم و پاشانیش بە نیازی کڕینی دیاری بۆ باوکم و دایکم بەرەو بازاڕ کەوتمە ڕێ، کاتێك گەیشتمە ئەوێ چاوم بە فرۆشگای پێڵاو کەوت هاوڕێکانم داوایان لێکردم کە جووتێك بۆ خۆم بکڕم، منیش جوتێکی جوانم کڕی، لە خۆشیا هەر ئەو دەمە لە پێمکردو ئەوەش یەکەمجارم بوو لە هەموو ژیانمدا پێڵاو لەپێ بکەم، هەر بەچوونە دەرەوەم لە دوکانەکە وتەی دایکەکەم بەرگوێ کەوتەوە کە لە ناخەوە دەیکوڵاندم، لە خوای گەورە پاڕامەوە کە زۆربەی ئەو دایکانەی ئەو ڕۆژە منیان بینیووە، هەمان وەڵامی ئەو دایکەیان نەدابێتەوە کاتێك پرسیاریان لێکراوە.

دایکی بەڕێز ئەگەر ویستت وانەیەك فێری منداڵەکەت بکەیت، کاتێك کەمئەندامێك دەبینی و هەمان پرسیاریان کرد، پێیان بڵێن: ئەوە تاقیکردنەوەی خوایە بۆ ئەو کەسە، تا بزانێت چەندە ئارام دەگرێت!

ژیان فێری کردم

ژیان فێری کردم: هەرگیز چاومەبڕە ئەو شتانەی ڕێڕەوی بیرکردنەوەت بەرەو هەڵدێر دەبەنو زەینت پڕ دەکەن لە وەهمو ڕازیکردنی خەڵکیو هەڵسان بەو کارانەی نە بەهایەکیان هەیەو نە بیرۆکەیەکیان لە پشتەوەیە.

ژیان فێری کردم: زۆر بیر لە هەڵوێستی کەسانی تر مەکەرەوە، گوێ مەدە بە گاڵتەجاڕیو ئەو ئازارانەی لەوانەوە دووچارت دەبن، گرنگ ئەوەیە کە تۆ لە کارو ئامانجەکانت دوورنەکەویتەوە، بۆ تۆ هەزار جار ئەوە باشترە کە بە میانڕەوییو لەسەرخۆییو متبوون تۆمەتبارت بکەن، وەك لەوەی بە پەلەکارو هەڵەشەو خراپ تێگەیشتن، تۆمەتبارت بکەن!

ژیان فێری کردم: ئەوەی کە ناوی دەنێین بەخت، ئەو واقیعەیە کە ڕوانینەکانمان بۆی جیاوازە، بەپێی جیاوازی هۆشیاریمان بۆ ڕووداوەکانو هەڵوێستمان بەرامبەریان، هەندێجار کارەساتەکان مایەی سوودو قازانجن، کاتێك وەکو بیرۆکەیەك دەیانگوازینەوە لە نەتەوەیەکەوە بۆ نەتەوەیەکی تر.

ژیان فێری کردم: لە قەیرانو ساتەدژوارەکاندا، پارێزگاری لە ئازایەتیو بە جەرگیو هاوسەنگی خۆت بکە، هەرگیز خۆت بە ئامانجی تیری بەرامبەر مەزانە.

ژیان فێری کردم: لە ئەزموونەدا قازانجو زیان هەیە، تاقیکەرەوە، هەمیشە چاوەڕوانی ئەوە مەبە کە خۆت ئارەزووی دەکەیت.

ژیان فێری کردم: ئەو مرۆڤەی سەرکەوتنی دەوێت، دەبێت خۆی بچێتە نێو مەیدانی جەنگو بە هەموو تواناو عەزیمەتو ورەبەرزییەکەوە، بەرەنگاری هەموو ئەو بەربەستانە بێتەوە، کە ڕێگرن لەبەردەمیدا، بەڵام ئەوەت لە یاد نەچێت کە ناتوانیت ئەم هەڵوێستەت هەبێت، ئەگەر متمانەت بە خۆت لاواز بێت، بۆ بچووکترین تەنگو چەڵەمە بلەرزێتو لە بەرامبەر یەکەم بەربەستا هەڵبێت، هەمیشە لە بەرەنگاربوونەوە بترسێتو بەرامبەر هەموو بەرهەڵستکارییەك نەرمی بنوێنێت!

ژیان فێری کردم: فێری چاوەڕوانی بەو پەلە لە هاتنە دی ئاواتەکانت مەکە.

ژیان فێری کردم: فێری پشوودان بە، لە هزرو بیرت گەڕێ با پشوو بدات، چونکە دوای ماندووبوونی ڕۆژگار، پێویستە مۆڵەتێکی پشوو بە بیرو هزرو جەستەت بدەیت.

ژیان فێری کردم: ئەگەر لە شتێك ترسایت، بچۆرە ناویەوە، چونکە زۆر خۆپاراستن خراپترە لە کەوتنە نێوی.

ژیان فێری کردم: چاوەڕوانی هەڵەی خۆت بکە، پێشبینی ئازاری بەرامبەرەکەشت بکە، هەروەها پێشبینی هەموو ئەو شتانە لە خەڵکییەوە بکە کە پێتخۆشە، یان پێتناخۆشە، ئەم پێشبینییەش بکە بە مایەی هێزو توانای خۆت!

ژیان فێری کردم: ئەوەی ناتوانێت بەرامبەر بە دەرزی ئاژنی خەڵکی ئارامبگرێت، ئەوە کەسێکی هەستیارو هەست ناسکە، چونکە ئەو کەسانەی هەستی بەرامبەر دەرزی ئاژن دەکەن، کەسانێکی بیرکۆڵو ناتەواون!

ژیان فێری کردم: هەر کارێك مرۆڤ پێی هەڵدەستێت، لە بەرامبەردا ئەزموونو سامانی پێدەبەخشرێت، دەتوانیت سوود لە ئەزموونەکانت وەربگریتو ماڵو سامانیش وەکو پاداشتی کارەکەت وەربگریت!

ژیان فێری کردم: مرۆڤ ناتوانێت ڕووبەرو ئاسۆی فراوانو نوێ بدۆزێتەوە، ئەگەر خاوەنی ئازایەتیو بوێری نەبێت، بۆ دوورکەوتنەوە لە کەنار.

ژیان فێری کردم: تاکە ڕێگە بۆ شکستی هەر بەڕێوەبەرێك، ئەوەیە کە فێربوونی چۆنو کەیو دەسەڵات بەخشین ڕەتبکاتەوە!

ژیان فێری کردم: مانگانە چەند دەبەخشیت بەکارمەندەکەت، بەڵکو گرنگ ئەوەیە کە بوونی ئەو کارمەندە لای تۆ، چەند لەسەرت بووەستێت.

ژیان فێری کردم: ڕووداوە ناخۆشەکانی ژیان مرۆڤ زیاتر لە نزیکەوە بەخۆی دەناسێنێت!

ژیان فێری کردم: مرۆڤ ئەگەر لە چاوەڕوانی هەلێك دەکاتو نەهاتەپێش، ئیدی بۆچی هەوڵی بۆنادات!

ژیان فێری کردم: نارەحەتییەکان ئەو کارە ترسناکانەن، کاتێك دەیانبینیت تێڕوانینت لەسەر ئامانجەکانت دووردەکەنەوە!

ژیان فێری کردم: ئەو گرفتانەی لە ژیاندا ڕووبەڕووت دەبنەوە، ئەوە هەلە ڕاستەقینەکانتن، بۆئەوەی باشترینن هەوڵو تواناکانت بخەیتەکار.

ژیان فێری کردم: هەرچەندە لەسەر ڕێگەیەکی ڕاستیش بیت، بەڵام بە ئاسانی جێتدەهێڵن، ئەگەر وەستایت، یان دانیشتیت لەسەر ڕێگەکەت.

ژیان فێری کردم: لە هانی بەعلەوە فێربووم، یان ڕێگەیەك بدۆزمەوە، یاخود ڕێگەیەك دابهێنم.

ژیان فێری کردم: نابێت مرۆڤ واز لەو شتانە بهێنێت کە ناتوانێت پێی هەڵسێت، چونکە ئەو کارە دەبێتە نەریتێك بۆ وازهێنان لەو کارانەش کە دەتوانیت ئەنجامی بدەیت.

ژیان فێری کردم: شارەزاییو زانیاری لەسەردەمی خێرایی کۆمپیوتەرو ئینتەرنێتدا هێز نییە، بەڵکو جێبەجێکردنی زانیاری هێزە.

ئا. ئارام ئیسماعیل



چۆنییەتی هەڵسوکەوتکردن، دوای ڕوودانی کێشەکان..

لە گوندێکی بچوکی ناوچەیەکی شاخاویو کوێستاندا، کابرایەکی هەژار خۆیو خێزانەکەی کە پێکهاتبوو لە خۆیو هاوسەرەکەیو منداڵەکانی دەژیان.

هەروەك زۆربەی خەڵکی گوندەکە ئەمانیش لە لایەك باخداریو لە لایەکی تر ئاژەڵدارییان دەکرد، تا بژێوی ژیانیان دابین بکەن، بەڵام لەبەرئەوەی منداڵەکانی هێشتا بچووکبوون، کابرا دەبوایە خۆی بە هەموو کارەکان ڕاگەیشتبا، لەبەرئەوەی هەژار بوو، پارەیەکی وای نەبوو تا بیدات بە یەکێك تا یارمەتی بدات.

هەربۆیە بڕیاریدا کە خۆی خەریکی باخداری بێتو کوڕە گەورەکەی کە هێشتا ١٥ ساڵی تەواو نەکردبوو بکات بە شوانی ئەو چەند بزنەی کە ساڵی پار لە کابرایەکی دەوڵەمەند وەریگرتبوو تا بە نیوەیی بۆی بەخێو بکات.

کوڕەکەی کە هێشتا منداڵ بوو شارەزاییەکی ئەوتۆی نەبوو لە شوانیدا، لەگەڵ ئەوەشدا هەموو بەیانییەك باوکی ئەم کوڕە بە تووڕەییەوە پێی دەگوت: ئاگات لە بزنەکان بێت گورگ نەیانخوات، ئەگەر شتێکیان لێبێت وەهاو وەهات لێدەکەم!

بەمجۆرە هەموو بەیانییەك ئەم باوکە کوڕەکەی بە توڕەیی دەنارده شوانی بۆ قەد پاڵی چیاکان.

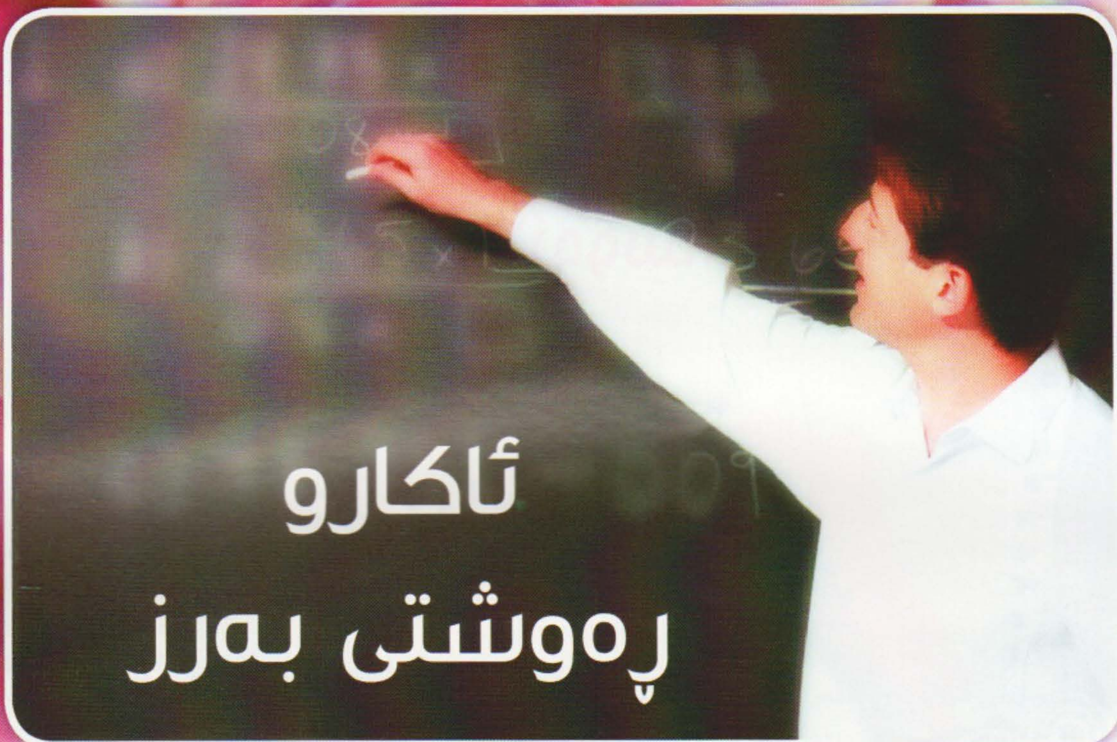
لە یەکێك لە ڕۆژەکانی زستاندا دنیا تەمومژ دایپۆشیبوو، کەشو هەوا لەوە دەچوو کە بەفر بارینێکی زۆر بەڕێوە بێت، کاکەی شوان بە بێزارییەوە بزنەکانی لەماڵ دەرکردو هەردوو دەستی لە دواوە بەیەك گەیاندبوو، گۆچانەکەی لە دوای خۆیەوە بە زەویدا دەخشاند.

ئەو ڕۆژە تا دەهات تەمو مژ زیادی دەکرد، بە جۆرێك کە مرۆڤ لە چەند مەترێك زیاتر پێش خۆی نەدەبینی، ئێوارە کە شوانەکە ویستی بگەڕێتەوە هەستیکرد کە هەندێك لە بزنەکانی دیار نەماون، بەڵام تازە درەنگەو دەبێت بگەڕێتەوە.

کاکی شوان زۆر دەترسا کە بەو حاڵەوە بگەڕێتەوە ماڵەوە، لە ڕێگادا پرسیاری لە شوانەکانی تر دەکرد کە گوایە بزنەکانی ئەویان نەبینیوە؟ یەکێك لە شوانەکان وتی: کە کۆمەڵێك کەلاکی بزنی بینیوە کە گورگ خواردوونی، بۆیە کوڕەکە ئەوەندەی تر زەندەقی چوو.

کاتێك نزیکی گوندەکە بوونەوە ئەم دەنگوباسە بڵاوبووەوە، خەڵکی گوندەکە کۆبوونەوەو وتیان: ڕۆژان کە هیچ ڕووی نەدابوو، هەڕەشەو گوڕەشەی دنیای لە کوڕەکەی دەکرد، ئەمڕۆ بەشێك لە بزنەکانی گورگ خواردوویەتی، ئێستا کوڕەکەی دەکوژێت، لە کاتێکدا کوڕەکە لە ماڵ نزیك دەبووەوە باوکی لە بەردەرگا ڕاوەستابوو، چاوەڕێی دەکرد، کاتێك کوڕەکەی بینی بەپەلە چوو بۆ لایو باوەشی پێداکردو دەستی بەسەریدا هێناو وتی: (کوڕی شیرینم، هیچ نییە، گوێی مەدەرێ، سوپاس بۆ خودا بەس نییە خۆت سەلامەتی)!

خەڵکەکە زۆریان لا سەیر بوو خۆیان پێنەگیراو وتیان: باشە تۆ پێش ئەوەی بزنەکانت گورگ بیانخوات هەموو ڕۆژێك سەرزەنشتی ئەم کوڕەت دەکرد، بەڵام ئەمڕۆ گورگ بزنەکانتی خواردووە کەچی تۆ باوەشی پێدا دەکەیتو ماچی دەکەیت؟ ئەوەیانی لەچیو ئەمەیان چی؟ پیاوە هەژارەکە هەناسەیەکی ساردی هەڵکێشاو وتی: من ئەو کات بۆیە وامدەکرد تا ئەم ڕۆژەم بەسەر نەیات، بەڵام کە کار لەکار ترازا، ئیتر لێدانو قسە پێ وتن چ سوودێکی هەیە!



ئاكارو ڕەوشتی بەرز

بەرزان ئەبوبەكر

ئاكار جوانترینو نایابترینو بەهادارترین سیفەتی مرۆڤە، مرۆڤ بەبێ ئاكاری جوان بوونەوەرێكی قێزەونەو كەس حەز بە هاودەمی ناكات، هەرچەندە خاوەن سەروەتو سامانو داراییو ڕووخساری جوانو نەسەبو بنەچەی بەناوبانگ بێت!

سەرنج بدە، مرۆڤەكان لە دەسەڵاتی خۆیاندا نییە سەر بە چ هۆزو تیرەو ڕەگەزێكن، كوردن، یان ئینگلیز، توركن، یاخود فارس، عەرەبن، یا هیندی، ... هتد، هەروەها لە دەسەڵاتی خۆیاندا نییە، جوانو قەشەنگو باڵابەرزن، یاخود كورتە باڵاو ناشیرین، هیچ كەس لە ئێمە كاتێك لە دایك بووە، پرسی پێنەكراوە ئاخۆ دەتەوێت، سەربە چ هۆزو تیرەیەك بیت، خەڵكی كام وڵات بیت، دەتەوێت ڕەش پێست بیت، یاخود سپی پێست، باڵابەرز بیت، یان كورتە باڵا، جوان بیت، یان ناشیرین، كەواتە هەموو ئەمانە لە دەسەڵاتی ئێمەی مرۆڤدا نییە، تەنانەت ڕەنگە مرۆڤ نەتوانێت بە ئاسانی ببێتە خاوەنی موڵكو سامانو داراییش، لەبەرئەوە ئەگەر سەر بە هەر هۆزو تیرەیەك بیت، جوان بیت، یان ناشیرین، دەوڵەمەند بیت، یان هەژار، نەك تەنها نەنگی نییە، بەڵكو كارێكی زۆر سروشتییە!

كەواتە هەموو ئەو شتانەی لەسەرەوە ئاماژەمان پێكردن، مرۆڤ خۆی هەڵینەبژاردووە، بەڵام ئەوە ئاكارە كە مرۆڤ بە دەستی خۆی هەڵیدەبژێرێت، هەموو مرۆڤێك دەتوانێت ببێتە خاوەنی بەرزترینو جوانترین ئاكار، هەموو كەس دەتوانێت خۆی بە ئاكارە جوانەكان بڕازێنێتەوە، كەس ناتوانێت بڵێت من ناتوانم ببمە خاوەنی ئاكاری بەرزو بەهادار، چونكە بە نرخێكی گران نییە تا بڵێ پارەی كڕینیم نییە، لەسەر چیایەكی ئەوەندە بەرز نییە تا بڵێ دەستم پێی ناگات، هەمووان دەتوانین خۆمان لە سیفەتە قێزەونو ناشیرینەكان دابڕنینو لە بەرامبەردا بە سیفەتە جوانو ئاكارە بەرزەكان خۆمان بڕازێنینەوەو ببینە كەسێكی خاوەن ڕەوشتو بەڕێزو بە حورمەتو سەربەرز.

ئاكار ئەگەر چی دەستكەوتنی لە هەموو سیفەتەكانی وەكو ئەسڵو نەسەبو جوانیوماڵو سامان ئاسانترە، بەڵام لە هەمووان بەهادارترو جوانترو بایەخدارترە، بۆ زیاتر ڕوونكردنەوەی بەهای ئاكاری جوان بە وردیو بیرێكی قوڵەوە ئەم نموونەیە بخوێنەرەوە:، جارێكیان پرسیار لە زانایەكی بواری ماتماتیك كرا.. سەبارەت بە ئاكاری بەرزی مرۆڤ، جاچ پیاو بێت، یاخود ئافرەت، بەمشێوەیە وەڵامی دایەوە..

- ئەگەر مرۆڤ خاوەنی ڕەوشتێكی بەزرو جوانو نایابو قەشەنگ بێت، ئەوا ژمارە (١) وەردەگرێت، ئەنجامەكەی = ١

- ئەگەر لەگەڵ ئەو ڕەوشتە جوانانەدا خاوەنی جوانیو ڕووخسارێكی قەشەنگ بێت، ئەوا ژمارە سفر بۆ ژمارە یەكەكەی زیاد دەكرێت، بەوەش ئەنجامەكەی = ١٠

- خۆئەگەر لەگەڵ ڕەوشتە جوانو ڕووخسارە قەشەنگەكەیدا، خاوەنی ماڵو سامان بێت، ئەوا سفرێكی دیكە بۆ ژمارەكەی زیاد دەكرێت، بەوەش ئەنجامەكەی = ١٠٠

- ئەگەر لەگەڵ ڕەوشتەجوانو ڕووخسارە قەشەنگو ماڵو سامانەكەیدا، خاوەنی نەسەبێكی ئەسڵو پاكو بەناوبانگ بێت، ئەوا دووبارە سفرێكی دیكە بۆ ژمارەكەی زیاد دەكرێت، بەمەش ئەنجامەكەی= ١٠٠٠

بەڵام ئاگاداربە، ئەگەر تەنها سیفەتی یەكەمی تێدا نەما، واتە ڕەوشتی بەرزو ئاكاری جوان، ئەوا ژمارە یەكەكەی دەڕوات، بەمەش ژمارەكەی تەنها سفرەكانی دەمێنێتەوەو ئەنجامەكەی= ٠٠٠

سەرنج بدە، مرۆڤ بە ڕۆیشتنی ڕەوشتی بەرز، تەنها سفرەكانی دەمێنێتەوەو سفریش بەبێ ژمارە هیچ سوودێك ناگەیەنێت!

هەڵوێست عەبدوڵا زادە

با لە پێنووسەوە ژیان بناسین

پێنووس، لەبەرەوەی یەکەم دروستکراوە کە خودا بەدیهێناوە، بۆیە ئەزموونی ئەو زۆر مەزنو پڕ لە جوانییە، گەر بمانەوێت سەرکەوتووبین، پێویستە ئەزموون لە پێنووسەوە فێربین.

ڕۆژێك لەگەڵ پێنووس کەوتمە گفتووگۆ، ئەزموونی خۆی بەمشێوەیە باسکرد:

پێنووس: ئەو کەسەی منی دروستکردووە پێی ڕاگەیاندووم کە من تۆم دروستکردووە، سزاتنادەم لەسەر چۆنییەتی دروستکردنت، بەڵام سزات دەدەم گەر خۆت بخەیتە دەستی کەسێکی خراپو خراپەت پێبکات. بۆیە خۆت بخەرە دەست کەسێکی چاکەخوازو چاکە بڵاو بکەرەوە.

پێنووس: هەمیشە دوای خراپبوون لە نووسین دادەدرێمو دووبارە نوێدەکرێمەوە وەکو جاران، ئەمە هیچ دڵگرانم ناکات بەجوانی دەنووسمەوەو هەمان توانای جاران بەدەست دەهێنمەوە.

پێنووس: هەرگیز هیوا لە دەستنادەم کاتێك هەڵە دەنووسم، چونکە دروستکارەکەم، لاستیکێکی سڕینەوەی لەسەرم چەسپ کردووەو دەتوانم هەڵەکانمی پێ چاك بکەمەوە.

پێنووس: گەر هەر ئازارێك بەر پۆشەرم کەوتو زامدار بووم، خەفەت ناخۆم، یاخود پۆشەریشم لەوپەڕی ناتەواوی دابوو، چونکە ئەمن بەناخمەوە شانازی دەکەمو پێی دەنازم. هەروەها ناخم نووسەرەو بەرگەکەشم دەمپارێزێت، گرنگ نییە شێوەو ڕووخساری دەرەوەم چۆن بێت، گرنگ ئەوەیە لە ناخەوە حەز بەچاك نووسینو دوورکەوتنەوە لە خراپەکاری دەکەم.

پێنووس: هەمیشە هەوڵدەدەم بەکارەباشەکانم جێ پەنجەی خۆم لە مێژووی پەڕەنووسراوەکان تۆماربکەمو دەستم هەبێت لە تۆمارکردنی مێژوویەکی پڕ لە چاکەو تەبایيو خۆشەویستیو میهر.

هیوادارم تۆش هەڵسەنگاندنێك لەگەڵ خۆتدا بکەیت.

منیش کەوتمە خەیاڵو کەوتمە ئەم دەرەنجامە.

ئێمەش لە لایەن خودای باڵادەستەوە وەدیهێنراوین، هەرگیز سزامان نادات لەسەر پێکهاتەی لەشو شێوەو ڕووخسارمان کە خۆی بەخشیویەتی، بەڵکو لەسەر هەڵبژاردەکانی ژیانو کردەوەو ناخمان لێمان دەپێچێتەوە. ئەو ئێمەی بەهەر شێوەیەك بێت بەرهەمی هێناوین بەویستی خۆی، بەڵام هەڵبژاردەکانی خستووەتە بەردەستی ئێمەو هۆکاری جیاکردنەوەی چاكو خراپی پێبەخشیوین.

هەروەها چەندین ناخۆشيو ڕووداوی خەمهێنەرو بەئازار ڕوومان تێدەکەنو دامان دەتاشن، بەڵام دەبێت وەکو پێنووسەکە بەهێزترمان بکەنو بەشێوەیەکی نوێو بەهێزتر خۆمان دەرخەینەوە.

کاتێك کە هەڵەیەك دەکەمو کار لە ئایندەم دەکات، هیچ خەفەت ناخۆمو دەکەومە خۆکۆکردنەوەو دوای دانان بە هەڵەو هەوڵدان چاکی دەکەمەوەو ڕووی گەشی خۆم نیشان دەدەمەوە. هەرگیز تووڕەيی ناکەمە بەشم کاتێك ناڕێکییەك لە ڕووخسارو شێوەمدا هەبێت، چونکە ناخم جوان دەکەمو ڕەزامەندی خوا بەدەستدەهێنم، چونکە خودای من خۆی دەڵێت خوا لە دڵەکان دەڕوانێت نەك لە ڕەنگو ڕووخسارتان.

پاشان هەوڵدەدەم بەدرێژایی ژیانم کاری مرۆڤانەو ئاشتییانەو چاکەخوازی بکەم، تاکو دوای نەمانم جێ پەنجەیەکی مرۆڤانەو چاکە جێ بهێڵمو ببمە نموونەیەکی جوان تاکو نەوەی دوای خۆم هەوڵبدەن بەردەوامی پێبدەن.

بەڕاستی پێنووس جوان منی خستە ناو دنیای ڕاستەقینەو دووری خستمەوە لە خەیاڵاتی پڕوپوچو بێ مانا!

ئا: ئالانی



سێ هەڵوێستی ناوازە...

جارێکیان کابرایەکی دەشتەکی لەسەر ڕێگەکەی، بۆ حەوانەوەو پشوودان ڕوو دەکاتە سێبەری درەختەکانی نێو باخێك، وشترەکەی یەخ دەداو پاشان خەوی لێدەکەوێت، پاش حەوانەوە حوشترەکەی هەڵدەستێو دەچێتە نێو بێستانەکەو زەرەرو زیانێکی زۆر بە بێستانەکە دەگەیەنێت..

لەو کاتەدا خاوەن بێستانەکە دەگەڕێتەوە بۆ ناو بێستانەکەیو دەبینێت ئەو بێستانەی کە زۆر پێوەی ماندوو بووەو ڕەنجی زۆری لەگەڵ کێشاوە، بەجارێك ئەو وشترە وێرانی کردووە، باخەوان ئەم دیمەنە زۆر تووڕەی دەکاتو ئارامی لێدەبڕێت، بۆیە زۆر بێبەزەییانە دەست بە لێدانی حوشترەکە دەکات، تا دەیکوژێت دەستی لێهەڵناگرێت.

پاش حەوانەوەو پشوودانو خەوێکی ئارام، کابرای دەشتەکی لە خەو هەڵدەستێت، سەیر دەکات حوشترەکەی لەوێ نەماوە، دەچێتە ناو باخەکە تا بەدوای حوشترەکەیدا بگەڕێت، دوای گەڕان حوشترەکەی بە کوژراوی دەدۆزێتەوە، دەشتەکی کە ڕێگەی دوورەو حوشترەکەی تاکە هۆکاری گەیاندنی بووەو زۆر خۆشی ویستووە، بە بینینی ئەو دیمەنە زۆر تووڕە دەبێت، لەگەڵ باخەوان لێیان دەبێتە هەراو دەمەقاڵێ، سەرەنجام پەلاماری یەك دەدەنو دەبێتە شەڕیان، دەشتەکییەکە باخەوانەکە دەکوژێت، کوڕەکانی باخەوانەکە بە دەم هەراو دەنگە دەنگەکەوە دەچن، کاتێك دەگەن کار لە کار ترازاوەو دەشتەکییەکە باوکیانی کوشتووە!

ئەوانیش وەك کەسانێکی تێگەیشتوو ڕۆشنبیرو بە هەڵوێست، هەڵناستن بە کوشتنەوەی دەشتەکییەکە، بەڵکو دەیانەوێت تەسلیمی دادگای بکەن، چونکە دڵنیان دادگا خوێنی باوکیان بە فیڕۆناداتو مافیان بۆ وەردەگرێتەوە.

بەڵام دەشتەکییەکە پێش ئەوەی تەسلیم بە دادگا بکرێت، زۆر لە کوڕەکانی باخەوانەکە دەپاڕێتەوەو دەڵێت: تەنها مۆڵەتم بدەن با بگەڕێمەوە بۆ ناوماڵو منداڵەکانمو وەسیەتێکیان بۆ بکەمو پاشان دەگەڕێمەوە بۆلاتان، ئەو کات لە بری باوکتان لە سێدارەم بدەن، کوڕەکان زۆریان بەزەیی پێداهاتەوە، بۆیە پێیان گوت: کێ دەبێتە کەفیلت کە تۆ دەگەڕێیتەوە؟ لەو کاتەدا ئەبوهورەیرە بە لایاندا تێدەپەڕێت، کاتێك لە بابەتەکەیان تێدەگات، دەڵێت من کەفیلی دەبم، ڕێگەی بدەن با بڕوات بۆ لای خێزانو منداڵەکانیو وەسییەتیان بۆ بکاتو پاشان بگەڕێتەوە، ئەگەر نەگەڕایەوە من لە بری ئەو لە سێدارە بدەن! ئیدی دەشتەکییەکە گەڕایەوە بۆ لای خێزانو منداڵەکانیو بەڵێنی دا لە ڕۆژی دیاریکراودا بگەڕێتەوە!

ڕۆژان هاتو ڕۆیشت، ڕۆژی دیاریکراو هاتە پێش، کوڕەکان هەموو لە شوێنی دیاریکراو چاوەڕوانی گەڕانەوەی بکوژی باوکیان بوون، بەڵام کات گەیشتە چێشتەنگاوو دەشتەکییەکە دیار نەبوو، بوو بە نیوەڕۆ هەر نەهات، عەسریش هاتە پێش، بەڵام دەشتەکییەکە هەر نەگەڕایەوە، هەربۆیە کوڕەکان ڕۆیشتن بۆ لای ئەبوهورەیرەو پێیان گوت: چۆن کەفالەتی کەسێك دەکەیت، کە نەدەیناسیتو نەدەزانی ماڵیان لە کوێیە؟

ئەبوهورەیرە لە وەڵامدا وتی: تا نەڵێن کەسانی چاکەو پیاوەتی نەماونو کەس متمانە بە کەس ناکات.

لەو قسانەدا بوون، کابرای دەشتەکی لە ئاسۆی شارەوە وەدەرکەوت، بەرەو ڕوویان هات، تا گەیشتە لایان!

زۆر بە سەرسوڕمانەوە لێیان پرسی: بۆچی گەڕایتەوە، خۆ تۆ لە دەستی ئێمە ڕزگارت ببوو، لە کاتێکدا هیچ کەس لە ئێمە تۆمان نەدەناسیو نەماندەزانی ماڵتان لە کوێیە؟

دەشتەکییەکە لە وەڵامدا گوتی: بۆئەوەی نەڵێن ئەهلی وەفاو خاوەن پەیمانو بەڵێن نەماوە!

کاتێك کوڕەکانی باخەوانەکە ئەم دوو وەڵامەیان بیست، وتیان ئەوا ئێمەش لێتخۆشبووینو گەردنت ئازاد بێت، بۆئەوەی نەڵێن ئەهلی لێبوردنو سینە فراوان نەماوە!

بەڕاستی سێ هەڵوێستی زۆر سەرنجڕاکێشن... یەکەمیان بووەتە کەفیلی ڕۆحی کەسێك کە نایناسێت، دووەمیان بە قاچی خۆی دێتەوە بۆئەوەی بچێتە بەردەم پەتی سێدارە، ئەم دوو هەڵوێستە زۆر ناوازەیەش کوڕانی باخەوانەکە فێردەکات کە ببنە خاوەنی ئەو لێبوردنە گەورەیەی کە مێژوو تۆماری دەکات...

خۆ ئەوانەی پەنایان بردووەتە بەر تۆڵەو خوێنڕشتن، بە هەزارانن، بەڵام مێژوو ناویان تۆمار ناکاتو نایانکاتە چیرۆك تا ئێمە پەندیان لێوەرگرین، ئەوە وەفاو لێبوردنو خاوەن پەیمانو بەڵێنە، دەبێتە وانەو پەند بۆ ئێمەو بۆ هەموو مرۆڤایەتیو تا کۆتایی ژیان، نەوە لە دوای نەوە بۆ یەکدی دەگێڕنەوە!

گوڵان حەمەئەمین

دایکێکی نموونەیی



دایک، ئەو ناوە زۆر شیرینەیە کاتێك بەرگوێمان دەکەوێت، دەستبەجێو بێ ویستی خۆمان لاپەڕەکانی دڵمان هەڵدەداتەوەو لە جوانترین شوێندا جێگەی خۆی دەگرێت، ئەمەش لەبەر مەزنیو کاریگەری ئەو پۆستە بەرزو بڵندەیە کەبەبێ کێبەڕکێ، دایکایەتی بەدەستی هێناوە.

بەڵام ئەوەی جێی سەرنجو وردبونەوەیە، ئەوەیە کە دایکایەتی کاڵایەکی ئەوەندە بەرزو پیرۆزە، بە باڵای هەموو کەسێکدا نابڕێت. بۆیە مەرج نییە هەموو ئافرەتێك شیاوی دایکایەتی بێت، گەرچی هەموو ئافرەتێك بە گشتی تواناو قابیلییەتی منداڵ بوونی هەبێت، چونکە دایکایەتی پلەیەکی مەزنترە لە منداڵبوون. منداڵبوون پرۆسەیەکە تەنانەت گیانلەبەرانیش هاوبەشن تیایدا، بەڵام دایکایەتی کە پلەو پۆستێکی مەعنەویو مەزنەو تاجێکی زێڕینی بێ وێنەیە، هەموو کەسێك شیاو نییە بۆ لەسەرکردنی، زۆر ئافرەت هەن کە منداڵیان بووەو بەخێویان کردووە، بەڵام لە دایکایەتیدا سەرکەوتوو نەبوون، یاخود پلەیەکی نزمی دایکایەتییان بەدەستهێناوە، هەر بۆیە پێویستە خوێندنەوەی ڕاستیانەو قوڵ بۆ دایکایەتی ئەنجام بدەین، دەگونجێ خوێنەر بپرسێت بۆ دایك هەیە بێبەزەیی بێت، بەرامبەر کۆرپەکەی؟! یاخود بڵێت: دایکی نمونەیی واتای چی، هەموو دایکێك هەردایك نییە!؟

بەچیرۆکێکی سەرنجڕاکێش نمونەی دایکێك دەخەینەڕوو کە ئامادەیە لە پێناو ئامانجو خۆشییەکانی خۆیدا، منداڵەکەی فڕێ بدات!! پاش چەند ساڵ بەمشێوەیە چیرۆکی فڕێدانی منداڵەکەیمان بۆ دەگێڕێتەوە: پاش ئەوەی لە هاوسەرەکەم جیابوومەوە، کوڕێکی چوار ساڵانم هەبوو، ئەو کەسەی بە نیازبووم هاوسەرگیری لەگەڵدا بکەم، ئامادەنەبوو منداڵەکەم ببەم لەگەڵ خۆم، منیش ناچاربوم ڕۆژێك وتم: بابڕۆین شتت بۆ بکڕم، زۆری حەز لە مێوژ بوو، بردمە بەرامبەر دوکانەکەو وتم: بڕۆ، هەرئەوەندە پشتی وەرگێڕا خۆم لێ ونکردو ڕۆیشتمو جێمهێشت، ئیدی نازانم چی بەسەر هات، چوم بەلای کاری خۆمەوە!!

ئەگەر چی باس لە دایکی نمونەیی دەکەین، بەڵام بەباشم زانی خوێنەر دڵنیابێت لەوەی هەموو دایکێك ناتوانێت دایکی ڕاستەقینە بێت، کەواتە دایك وەك ناو زۆر کەس دەبنە خاوەنی، بەڵام لە ناوەرۆکدا بەواتای دایکایەتی هەموو دایکێك دایك نییەو هەموو ئافرەتێك کە خاوەنی منداڵ بێت شیاوی ئەو ڕێزە گەورەیە نییە کە تاجی دایکایەتی لە سەر بێت، چونکە دایکایەتی قوربانیدانو سوتانو توانەوەو خۆنەویستییە لە پێناو پێشکەشکردنی نەوەیەك، دایکی ڕاستەقینە دەبێتە پردێکی پتەو تا کۆرپەی لاوازو بێدەسەڵاتی بەسەریدا دەپەڕێتەوەو دەگاتە لوتکەی گەشەو توانا، هەر ڕۆژێك لە منداڵ تێدەپەڕێتو بەرەو گەشەو گەورەبوون دەڕوات، ڕۆژێك لە تەمەنی دایك بەرەو لاوازیو توانەوە دەڕوات، خوێنەری ئازیز ئێستا جێی خۆیەتی کە بپرسیت، دایکی نموونەیی کێیە؟ خاوەنی چ جۆرە سیفەتێکە؟

دایکی نموونەیی: ئەو دایکەیە خۆی دەکاتە قوربانی، دەبێتە مۆمو دەسوتێ، خۆی لە خۆشی بێبەش دەکات، لە شەوانی تاری خامۆش، کاتێك هەمووان لە قوڵایی خەوێکی ئارامدان، دایك بە نرکەی کۆرپەکەی خەو لە خۆی ئەتارێنێت، بە چپەی شیرینی بەساقەو بە قوربانی دەبێتو لای لایەی بۆ دەکات، بە جۆرێك ئەی دوێنی، وەك ئەوەی بۆ کارێکی خۆش خۆی لە خەو کردبێت، ئامێزی دەکاتە لانکەیەکی هێمنو پرسۆزو ئەوینو هەنسکو گریانی لێدەکاتە خەندەو گروگاڵ، لەگەڵ دارە دارەدا دەستی

دەگرێتو بەرەو ئامانجەکانی دەیبات، نەخشەکێشو پلان دانەرە بۆ نەوەکەی، تا لە داهاتودا بیکاتە زاناو سەرکردەو بلیمەتو داهێنەر، هەرساتەو چپەیەك بە گوێیدا دەکات، بیری دێنێتەوە کە تۆ لە داهاتوودا خاوەن ئامانجو پەیامی، تۆ خەندەو خۆشی خێزانێکی، تۆ نەوەی میللەتو وڵاتێکی، کۆمەڵگاچاوەڕێتە، دایکی ڕاستەقینە بۆیە حەز لە بوونی منداڵ دەکات تا خۆی پێیبەخشێت، تا نەخشەکێشێکی بە توانا بێتو نەخشەی وەبەرهێنانی بیرمەندو زاناو داناو کەسایەتی بچەسپێنێت، هەر لەبەر ئەم هەموو ئومێدو ئامانجە گەورانەیە، دایك هەست بە ماندووبون ناکات! بەڵکو چێژ لە ماندووبونی دەبات، دایکی ڕاستەقینە هەمیشە بە وێنەی کەسێکە کە ئامانجێکی زێڕینیو بەنرخی هەیەو هەموو ڕۆژێك هەنگاو هەنگاو بەرەو بەدیهاتنی ئامانجەگەی کۆشش دەکات، بەو شێوەیەش دایك چێژ لە ساتەکانی ماندوبوونو ئازارو شەونخونی دەبینێت!!

دایکی نمونەیی منەتی دایکایەتی ناکاتو دایکایەتی خۆی نافرۆشێتو بە گەورەترینو بەنرخترین کارو پیشەی خۆی دەزانێت، ئامادە نییە لە پێناو هیچ ناڕەحەتیو ئازارو خەمێکدا دەست لە پیشەی پیرۆزی خۆی هەڵبگرێت، هەرئەم دایکە نمونەییەش دەتوانێت منداڵ بکاتە هاوکارو هاوخەباتو هاوڕێبازی باوك، هەروەك چۆن دەتوانێت بیکاتە دوژمنو ڕکابەرو سەرچاوەی خەمی باوك، ئەم دیاردەیەش لە چیرۆکە قورئانییەکاندا بە ڕوونی دەبینین، کاتێك نوح پێغەمبەر (سەلامی خوای لێبێت) کوڕەکەی بانگ دەکات بۆ سەرکەوتن بۆ سەر کەشتی ڕزگاربوون لە مردن، ناڕوات، چونکە دایکێکی بێ وەفاو دڵڕەق پەروەردەی کردووە، بەڵام ئیبراهیم پێغەمبەر (سەلامی خوای لێبێت) کوڕەکەی بانگ دەکات بۆ سەربڕین دەڕوات بە دەم داواکەیەوە، چونکە دایکێکی نموونەیی قوربانیدەر پەروەردەی کردووە!! لە ئاینی پیرۆزی ئیسلامیشدا کاری دایکایەتی بەڕێزەوە سەیرکراوە، نەك هەرئەوە بەڵکو باشترین دەرفەت دراوە بە دایكو زۆرێك لە ئەرکەکانی لەسەر شان لابراوە، لە پێناو ئەوەی بتوانێت بەباشترین شێوە دایکایەتی بکات، سێ جار پاداشتو گەورەیی دایك بە سەر باوکدا پێشخراوە، تا سێ هێندەی باوك قوربانیدەرو خۆنەویست بێتو ئازار بچێژێت، لە پێناو نەوەکەیدا.

سوود لە (شخصية المرأة في قصص القرآن) وەرگیراوە.

بەهەشت محەممەد



دایە گیان

زۆرجار دەبیستینو دەبینین کە ڕەفتاری منداڵەکان لەگەڵ دایکیاندا جیاوازە، هەندێك منداڵ ڕەفتارێکی نەرمو ناسكو پڕ خۆشەویستی لەگەڵ دایکیاندا دەکەن، وەلێ هەندێ کەس مامەڵەیەك لەگەڵ دایکیاندا دەکەن، دەڵێی ئەو دایکە هەر چاکەیەکیشی لەگەڵدا نەکردوون..

بەڵام ئەوەی جێی سەرنجە نەگۆڕانی ڕەفتاری زۆربەی دایکانە، لەگەڵ منداڵەکانیان، هەرچەندە ڕەفتاریان خراپیش بێت، ئەوا دایکان ناتوانن لە (گیانو هەناسەکەم) بەولاوە وتەیەکی تر لە زاریان بێتە دەرەوە..

بڕوانە ئەم دووبەسەرهاتەی خوارەوە، تاکو بزانی لە کام جۆریت؟

١- جارێك دایکێك دەست دەداتە مۆبایلی کوڕەکەی، تاکو ئاگاداری ڕەفتارو هەڵسوکەوتی کوڕەکەی بێت، بزانێت کێن ئەو کەسانەی کە لە نێو (لیستی ناوەکان)ی کوڕەکەیدا شوێنی خۆیان کردووەتەوە، لە کاتی گەڕاندا گەیشتە ژمارەیەك نووسرابوو خۆشەویستەکەم!!

دایکە نوقمی بیرکردنەوەو خەیاڵات بوو، ئاخۆ کێ بێت دڵی کوڕەکەمی داگیرکردبێت؟ دەبێت کێ بێت کوڕە تاقانەکەم ئەم ناوەی بۆ داناوە؟ تۆ بڵێی کەسێك هەبێت لە منی زیاتر خۆشبووێت، ئای کوڕە ئازیزەکەم لە پێناوی پێگەیشتندا ئازارگەلێکی زۆرم چەشت!! لەم جۆرە بیرکردنەوانەدا بوو، دەستی بە جەرگی خۆیدا ناو پەنجەی نا بە (ok)دا، تا بزانێت خاوەنی ئەم ژمارەیە کێیە؟ بەڵام دەنگی زەنگی مۆبایل لە جانتای دایکەکەوە بەرزبووەوە، ئەو کات دڵنیابوو کە خۆشەویستی کوڕەکەی دایە گیانە!

٢- هەمیشە خێزانەکەی دەیگوت: دایکت تەواو پەکی کەوتووە، ژیانی لێ تاڵ کردووین، هیچ ئۆقرەم نەماوە لەگەڵیدا، تا کار گەیشتە ئەوەی ڕۆژێك وتی: یا من، یان دایکت؟!!

بۆیە کوڕەکەی لە شەوێکی زستانی ئەنگوستەچاودا دایکی دا بە کۆڵیداو بردی بۆ کەلاوەیەکی دوورە دەستو پڕ لە گورگو گیانەوەری دڕندە، هەر لەوێدا دایکی بەجێهێشت، لوورەی گورگ لە دوورەوە دەبیسترا، پاش ئەوەی لە دایکی دوورکەوتەوە، کوڕە کەمێك هۆشی هاتەوە بەرخۆیو وتی: باشە کە هەر دایکم فڕێ بدەم بۆچی بیخەمە بەردەستی گەلەگورگێکی بێ ڕەحمو بێبەزەیی، بڕیاری دا بگەڕێتەوە بۆ لایو بیباتە شوێنێکی بێ زیانترو نزیك ئاوەدانی فڕێی بدات، بەڵکو کەسێك بیبینێتو لەگەڵ خۆیدا بیباتەوە..

بەڵام لە شەرمدا دەموچاوی داپۆشی تاکو دایکی نەیناسێتەوە، کاتێك گەیشتە لای دایکی، دایکی نەیناسییەوەو نەیزانی ئەوە کوڕەکەیەتی، ئەو دایکەی کە خراوەتە بەر کەڵبەی تیژی گورگان، دەبێت یەکەم وتە کە لە زاری دەردەچێت چی بێت؟!

دەزانن وتی چی؟ وتی: کاکە گیان توخوا فریای کوڕەکەم بکەوە، نەوەك لەو ڕێگەیەدا گورگ بیخوات!!

سەرنج لەم هەستە جوانە بدە، لەو دڵە پاكو بێگەردە.. ئەو دڵە خاوەن سۆزو بەزەییە.. کوڕەکەشی بە بیستنی ئەم وتەیە لە تاو گریانو ئازاری ویژدان، نەیتوانی هیچ وەڵامێك بداتەوە، تەنها کارێك کە لە دەستی هات، ئەوەبوو کە دایکی لە ئامێز گرت و بردییەوە بۆماڵەوە!



فێربوون بەدرێژایی تەمەن

ولاتی تایوان وەك نموونە

ئا: وەهاب حەسیب محەممەد

پلانەكانی كۆمینتاجی پەروەردەیی لە چینو تایوان:

ئەوەی ئاشكرایە پلانەكانی كۆمینتاجی پەروەردەیی لە سەرەتای چەرخی بیستەم لە چین دەركەوتن، هەریەك لە: ڕاهێنانی پیشەیی، نەهێشتنی نەخوێندەواریی، بڵاوكردنەوەی زانیاری لە ناو خەڵكدا لە خۆدەگرت.

لەڕێگای دامەزراوە یاساییەكان، كارمەندانی دەوڵەت، سەركردەكان، ڕاگەیاندكارەكانو ئەكادیمییەكان جێبەجێدەكرێن، كاتێك ئەم پلانە گەیشتە تایوان لە نێوان دەیەی پەنجاكانو حەفتاكانی سەدەی ڕابردوودا، شۆڕشێكی ڕاستەقینەی پەروەردەیی بوو كە هەستی نەتەوەیی لای تایوانییەكان بەهێزكرد، سەرەنجام خۆجیاكردنەوەی تایوانی لە چین وەك سیستەمو پێناس لای هاوڵاتیانی تایوان چەسپاند، یەكێك لە دیاردەكانی كەمكردنەوەی ڕێژەی نەخوێندەواری بوو بۆ لە ٤٪، بەم كارە تایوان بوو بە یەكێك لەو ولاتانەی لە نەهێشتنی نەخوێندەواریدا پێشەنگە.

تایوان:

ولاتی تایوان كە ڕووبەرەكەی (٣٦٠٠٠٠) كیلۆمەتری چوارگۆشەیە، ژمارەی دانیشتوانەكەی (٢٢) ملیۆن كەسە، زیاتر لە دەیەیەكە لە بواری فێربووندا خەریكی پرۆژەیەكە بۆ هەمووان، لەو بوارەدا دەكرێت بەپێشەنگ باسی بكەین، چونكە هیچ لە مەرجە سەرەكییەكانی فێربوونی ئاسایی تیادا نابینرێت، وەك تەمەن، بواری پیشەییو ئەكادیمی، نەك لەو ڕوانگەیەوە كە فێربوونو زانین مافی هەموو كەسە، یان هۆكارێكە لە هۆكارەكانی ڕۆشنگەریو داهێنانو چالاكی بیرو بەردەوامی مرۆڤایەتی، وەك ڕێكخراوی (یونسكۆ) بڕیاری لەسەرداوە. بەڵكو لەو ڕوانگەیەوە لادانی ئاستەنگە نەریتیو نانەریتیەكانە لە بەردەم ئەوانەی دەیانەوێت توانای ئەكادیمییان بەرزكەنەوە، یان ئەو لێكۆڵەرانەی كە لە بواری نوێدا كاردەكەن، یاخود ئەو كەسانەی دەیانەوێت ئاستی زانیارییەكانیان ببەنە پێشو نوێی بكەنەوە لە بواری پسپۆڕییەكانیاندا، بەشێوەیەك سودی بۆخۆیانو ولاتیان هەبێت. ولاتی تایوان لەم بوارەداو لەم چەرخەدا پێشەنگی ئەو نەتەوە ڕاپەڕیوانەیە كە شۆڕشی پیشەسازیو پیشەسازی زانین بەدوو كۆڵەكەی سەرەكی سەركەوتنو باڵادەستی ئەم چەرخە دادەنێن.

بیرۆكەی یابانی:

بەشێوەیەكی سروشتی، نابێت واپیشانبدرێت كە ئەم پرۆژەیە لە دایكبووی بیرۆكەی تایوانییەكانە، بەو واتایەی كەس پێشیان نەكەوتووە، بەڵام دەتوانین بڵێین تایوانییەكان چەند دەیەیەكە ڕاهاتوون لەسەر كۆپی كردنەوەی بەرهەمە یابانییەكان بێ هیچ هەستیارییەك، ئەوان دروستكراو داهێنراوە یابانییەكان كۆپی دەكەنو دەیخەنە بازاڕەكانی جیهانەوەو لەسەریان دەنوسن (Made in Taiwan).

هۆكارەكانی كۆمەڵگاو بیرۆكراسی:

خاوەن بڕیارەكان لە تایوان، بۆ یەكەمجار ئەم پرۆژەیەیان كردەوەو ناویان نا (فێربوون بە درێژایی تەمەن)، دیارە زۆرێك لە هۆكارەكانی كۆمەڵگاو بیرۆكراسی بەڕێوەبردن ئاستەنگن لەبەردەم پەیوەندیكردنی تاك بە پۆلەكانی خوێندنو دواتر ئەو هۆكارانە دەبن بە بەربەستێك لەبەردەم بەدیهێنانی ئاواتەكانداو لە كۆتاییدا لە ناخیدا دەبن بە ژیلەمۆو دادەمركێنەوە.

بەرنامەكانی خوێندن، ئارەزووەكانی كۆمەڵگا دابین دەكات:

ئەمە «وتەی بەرپرسە تایوانییەكانە» ئەم پرۆژەیە ئارەزووی كەرتێكی گەورەی تایوانییەكان بەدیدەهێنێت لە: پیاوان، ئافرەتان، گەنجان، پەككەوتوان، نەخوێندەواران، ژنان، كاركەران و بێكاران، چونكە بەرنامەكانی خوێندن بە هیوای فێربوون پەیوەستیان ناكات بەكاتو پۆلەكانی خوێندنەوە، بە زۆر مادەكانی خوێندن بەسەریاندا نادات، ئازادیان دەكات لە هەڵبژاردنی كاتو شوێنی خوێندندا، وانەكانی خوێندن جیاوازن بە جۆرێك وەرزشی یۆگاو فێربوونی زمانە زیندووەكانی جیهانو هۆكارەكانی پاراستنی ژینگە لە خۆدەگرێت.

دامەزراوە فێركارییەكان ئامانجیان قازانج نییە:

وەك ڕاستییەك بە پێداویستییەكانی ئەم پرۆژە فێركارییە، چەندین كۆلێژ دروستكراون كە بە (كۆلێژەكانی كۆمەڵگا) ناودەبرێن، ئەمڕۆ (كاتی نوسینی ڕاپۆرتەكە) ژمارەیان (٧٨) بەشە، بە هەموو هەرێمەكانی ولاتدا بڵاوبونەتەوە، بەڕێوبەرایەتی ئەم دامەزراوانە ئامانجیان قازانجكردن نییە. ساڵی ١٩٩٨ لە كاتێكدا ئەم كۆلێژانە كرانەوە ژمارەی خوێندكارەكانی لە (٣٠٠٠) خوێندكار تێنەدەپەڕی، ئەم ژمارەیە لە ساڵی ڕابردوو لە هەردوو ڕەگەزی نێرو مێ (كاتی نوسینی ڕاپۆرتەكە) بەرزبووەوە بۆ (٢١٠٠٠٠) قوتابی، لەگەڵ ئەوەشدا ئەم كۆلێژانە هیچ جۆرە بڕوانامەیەك نادەن بە خوێندكارەكانی، ئەم كارەش شیاوی هەڵوەستەكردنە، چونكە بۆ خۆی بەڵگەیە بۆ ئارەزووی زۆری تایوانییەكان بۆ فێربوون بە مەبەستی فێربوون، نەك بە مەبەستی بەدەستهێنانی بڕوانامە، زۆرێك لە خەڵكانی (ڕۆژهەڵاتی دوور) ماوە ناماوەیەك

زانیارییەکانیان تازە دەکەنەوە، بە مەبەستی تێگەیشتنو فێربوون لە داهێنراوە نوێیەکان. بەپێچەوانەی دەرچووانی کۆلێژی وڵاتە عەرەبییەکان کە پێیان وایە تەواوکردنی کۆلێژ دوایین وێستگەیە.

زانکۆی نیشتمانی کراوە (خوێندن لە ڕێگای دوورەوە) وەك نموونەیەك:

زانکۆی نیشتمانی کراوە لە شاری «لوجهو» هەڵکەوتە لە هەرێمی تایپە، دەتوانرێت وەك نموونەیەك بۆ سەرخستنی پرۆژەی « فێربوون بەدرێژایی تەمەن» تەماشا بکرێت، زانکۆی ناوبراو پرۆگرامێکی گونجاو پیشاندەدات لە ڕووی کاتو شوێنەوە، هەروەها کۆرسەکانی خوێندن لە ڕێگەی ڕادیۆ، تەلەفزیۆنو ئینتەرنێتەوە دابیندەکات بۆ فێرخوازان، لەوانەیە هۆکاری کۆکردنەوەی ئەم تایبەتمەندییانە بووبێت ژمارەی قوتابیانی ئەم زانکۆیە لە ساڵی خوێندنی (٢٠٠٧- ٢٠٠٨) گەیاندبێتە (١٦٣٠٠) خوێندکار.

زانکۆی کاوسیونغ وەك نموونەیەکی تر:

لەم بوارەدا دەتوانین زانکۆیەکی تر وەبیربهێنینەوە ئەویش زانکۆی « کاوسینج»ە، لە باشووری وڵاتی تایوان، ساڵی خوێندنی (٢٠٠٧- ٢٠٠٨) «١٥٥٠٠» قوتابی لە هەردوو ڕەگەز، خوێندکاری زانکۆی ناوبراو بوون، سەرەڕای ئەو ژمارە زۆرەی قوتابیان، جیاوازی بارودۆخو خواستەکانیان، زانکۆی کاوسینج توانیویێتی هەلێکی نایابی خوێندن بەباشترینو نوێترین سیستەمو بە بڕوانامەی یابانی بۆ خوێندکاران دابین بکات. بەشێوەیەکی گشتی تەمەنی خوێندکارانی زانکۆی کاوسینج لە نێوان (٢٥- ٦٤) ساڵیدایە.

دایکو باوکو نەوەکان، لە پۆلێکدا:

لەگەڵ چەسپاندنی زانکۆی کراوەو دابینکردنی هۆکارەکانی تەکنەلۆژیای نوێو پێداویستییەکانی، کە تایوان لە پیشەسازییەکەیدا یەکێکە لە وڵاتە پێشەنگەکان، بە شێوەیەك لە پۆلەکانی خوێندندا دایکو باوکان بە تەنیشت نەوەکانیانەوە دەبینرێن، لەگەڵ ئەوەشدا ئامانج لە بنیاتنانی ئەم زانکۆیانە گرتنەخۆی کەسانی بە تەمەنە بەتایبەت ئەوانەی کە خاوەن شارەزاییو خوێندەوارییەکی پێویست نین. پاشان دەیانەوێت لە ڕێگای زانیاریو فێربوونەوە کارەکانیان پێش بخەن، یاخود ئاراستەی ئەو کەسانە دەکرێت کە دەیانەوێت ئاستی ڕۆشنبیرییان بگەیەنن بە ئاستێك بتوانن تاقیکردنەوەکانی وەرگرتن لە دامەزراوە ئەکادیمیا بەرزەکاندا بە دەستبهێنن. لە (٢٠٪) قوتابیانی زانکۆی نیشتمانی کراوە خۆیان وادەناسێنن کە پیاوانی کارن، ئەوانەی شارەزاییەکانیان لەبواری کاردا پێویستی بە ڕووپۆشێکی زانستی هەیە لە ڕێگای خوێندنی زانکۆوە، یان ئەو هاوڵاتیانەن کە بە هۆی بژێوی ژیانەوە هۆکارێك لە خوێندن دوایخستوون.

ژمارەیەکی چاوەڕوان نەکراوی خوێندکاران، پەیوەندی دەکەن بەم جۆرە فێربوونەوە:

بەشێوەیەکی ئاسایی، ئەم پێشکەوتنە قورساییەکی تری خستۆتە سەر زانکۆ کراوەکان، وەك: دانانی پرۆگرام بۆ دابینکردنی پێداویستییەکان، بە نموونە دەسەڵاتدارانی بواری فێرکاری لە تایوان بۆ ساڵی خوێندنی (٢٠٠٧- ٢٠٠٨) ژمارەی قوتابیانی پۆلەکانی خوێندنی بەدرێژایی تەمەن لە هەردوو ڕەگەز بە (٢٨٠٠٠) قوتابی تۆمارکرد، نیوەی ئەو ژمارانە ئەو ئافرەتە تایوانیانەن کە خێزانی ئەو هاوڵاتیانەن لە پێدەشتەکانی چین، وڵاتانی باشووری ڕۆژهەڵاتی ئاسیاوە دێنو ئارەزووی فێربوونی زمانو دەخوازن زیاتر ئاشنای مێژوو ڕۆشنبیری تایوان بن، تا بتوانن منداڵەکانیان بەخۆشەویستی نیشتمان پەروەردە بکەن. ئەگەر ئەم ژمارەیە لە بەرچاوبگرین چاوەڕوان دەکرێت لە ساڵانی داهاتوودا ژمارەیان بگات بە نیو ملیۆن خوێندکار، ئەمەکارەش دەخوازێت لە وەزارەتی پەروەردە زیاترکۆشش بکاتو زۆرتر خەرج بکات.

بەرنامەی فێربوون بە درێژایی تەمەن بە بەردەوامی پێویستی بە هەڵسەنگاندنە:

«تشو نان شیان» بەڕێوەبەری فەرمانگەی زانستی کۆمەڵناسی لە وەزارەتی پەروەردەی تایوان دەڵێت: گرنگترین کێشە کە ڕووبەڕووی جێبەجێکردنی بەرنامەی « فێربوون بە درێژایی تەمەن دەبێتەوە» بریتییە لە هەڵسەنگاندنی ئەو بەرنامەیە بە بەردەوامی، ئەمەکارەش هۆکاری ئەو بارودۆخە تایبەتییەیە کە وڵات توشی دەبێت، بریتییە لە هەڵکشانی ڕێژەی بە ساڵاچووان (ژمارەی ئەوانەی ساڵانە تەمەنیان ٦٥ساڵی تێدەپەڕێنێت، بەڕێژەی ٤٠٠ کەس بۆ هەرساڵێك زیاد دەکات)، دەستەواژەیەکی مەتاتی: بەرپرسێکی تایوانی دەڵێت: فێربوون بە درێژایی تەمەن دەستەواژەیەکە مەتاتییە، بەڵام لە دوو خاڵدا هاوبەشە:

١- یاسای پەروەردەی کۆمەڵایەتی کە لە ساڵی ١٩٥٣دارێژراوە، واتا چوارساڵ پاش ڕووخانی سیستەمی کۆمینتاجو هەڵهاتنی پێشەواکەی بۆ دوورگەی (فورموزا)و دواتر دامەزراندنی دەوڵەتی تایوان بە هاوکاری ئەمریکاو هاوپەیمانانی.

٢- بەرنامەیەکی خزمەتگوزاری درێژخایەنە لە ساڵی ١٩٩٦دا دەستی پێکردووە، ئامانجی کەرتێکی فراوانی کۆمەڵگایە لە ژێر ناونیشانی فێربوون بۆ هەمووان، لە هەموو کاتو شوێنێکداو پشکی شێریش بۆدانیشتوانە ڕەسەنەکانی وڵاتو ئەو کەسانەن داهاتیان دیاریکراوە سەرەڕای خاوەن پێداویستییە تایبەتییەکان.

رەمەزان عەبدوڵا

ئەترسم، بەڵام خۆشم دەوێی!

ئەترسم کارێك بکەم تورەت بکەم..
خۆشم دەوێیت چونکە بە ئاسانی تورە نابیت!
ئەترسم تۆ لە بیر بکەم!
خۆشم دەوێیت، چونکە تۆ لە بیرم ناکەی!
ئەترسم خۆم بفرۆشم، بۆ شتێکی بچووك..
خۆشم دەوێیت، چونکە بە فرۆشراویش هەر دەمکڕی!
ئەترسم لەو کارەی کردومە تۆ لێم ڕازی نەبی
خۆشم دەوێیت چونکە تۆ تەماشای کارەباشەکانم دەکەی!
ئەترسم لەوەی خەونەکانم دوورم بخاتەوە لە تۆ..
خۆشم دەوێیت، چونکە بەئاگام دەهێنیتەوە لەخەوە خراپەکانم!
ئەترسم لەوەی ئەوەی پێت داوم لەدەستی بدەم
خۆشم دەوێی، چونکە بە لەدەستدانیشی تۆ لە دەستنادەم!
ئەترسم لەوەی ببم بە هاوڕێی کەسانێك تۆ پێت باش نەبێت..
خۆشم دەوێیت، ئەوەی تۆ بۆمی دەنێریت باشترە لەوەی من ئەمەوێ!
ئەترسم لە کاتێکدا بتبینم کە ئامادە نەبم
خۆشم دەوێی، چونکە تۆ هەمیشە ئامادەی!
ئەترسم لەو کاتەی تەنهام تۆم بیربچێت، خۆم بە کەسێکی ترەوە سەرقاڵ بکەم..
خۆشم دەوێی، چونکە هۆکارم بۆ دێنیتە پێشەوە تا تۆم بیر بکەوێتەوە!
ئەترسم شتێك بنوسم کەسانێك لە خۆم ڕازی بکەم بە تورەبوونی تۆ..
خۆشم دەوێی، چونکە تۆ تاکۆتایی ڕێگە چاوەڕێم ئەکەی بۆ گەڕانەوەم بۆ لای تۆ!
ئەترسم لە نەفسم بەسەرمدا زاڵبێت
خۆشم دەوێی، چونکە ژیریت پێبەخشیوم تا لەنەفس ڕزگارم بێت
ئەترسم بکەومە ناوداوی شەیتان
خۆشم دەوێی، چونکە ئاگادارت کردوومەتەوە لە پیلانەکانی!
ئەزانی ئەوەی لێی ئەترسمو ئەوەی خۆشم دەوێت کێیە؟
ئەوە دروستکاری ئاسمانەکانو زەویو تەواوی بوونەوەرە!

نامە نورینەکان

نامەی سێیەم

حەزمدەکرد تا دەرەوەی ئاوایی لەگەڵت بەو لە وێڕا ماڵاواییت لێ بکەم.

سەفەر بۆ کەسێك ژیانی نامۆییو دووره وڵاتی دیتبێت زۆر سەختو دژوارە، بۆیە هەمیشە بە بیستنی ناوەکەی ناخم دەهەژێو تەزوو بە ڕۆحمدا دێت.

کاتێك مرۆ ماڵاوایی لە دۆستو ئازیزانو خۆشەویستانی خۆی دەکات، هێندە گریان لە گەروویدا دەتاسێو فرمێسك بە چاوانیدا دێنە خوارێ، ئەسرینو هەنسکی دۆستانیش دەرزی ئاژنی دڵی دەکەن، نالی ئاسا پەیمان دەدات کە ئیتر بێ ئەوان سەفەر نەکات.

نەمردم من ئەگەر ئەمجارە بێ تۆ
نەچم شەرتەن هەتا ئەوخوارە بێ تۆ

چونکە دەترسێ کاتێك دەگەڕێتەوە (خاکو خۆڵ) مەحبوبەکەی نەمابێ، ئەوسا دەبێت هەر بڵێ:

هەموو ڕۆژێ لە تاو هیجرانی ئەمساڵ
تەمەننای مردنی پێرارە بێ تۆ

هەندێجار لەگەڵ ئەو کەسانەدا دیدار ئاخیرەت دەبین کە دەستی دوعاخوازیمان بۆ بڵند دەکەنو ماڵاواییمان لێدەکەن، چەند ئەستەمە مرۆ وەختێك بگەڕێتەوە کە کەسانێك بۆ هەمیشە ماڵاواییان کردووەو ئیتر لەم دنیادا بە دیداریان شاد نابێت!

یاخود مرۆ بگەڕێتەوە دوای سەفەرێکی دوورو درێژ، جگە لە هەواری خاڵی چی دی بەدی نەکات!

بەجێهێشتنی زێدو نیشتمانو ئەو شوێنەی مرۆ تیایدا چاوی بە دنیا هەڵهێناوەو بە ئاووهەواکەی ئاشنایە زۆر لەسەر دڵان گرانە.

ئەو ساتەی مرۆڤ ڕۆحی بەو مرۆڤانە ئاشنا دەبێت کە لە ناخەوە بەڕاستی خۆشیان دەوێتو هۆگری بوون، ئیتر حەزناکات بۆ چرکەیەك بەجێیان بهێڵێت!

بەڵام ئێمە لەم ژیانەدا هەموو شتێك بە دەستی خۆمان نییە، ڕووداوەکان جۆراوجۆرن، وێڕای ڕووداوە ناخۆشو جەرگبڕەکان، ڕووداوی خۆشیشی تێدا هەن، خۆمرۆ هەمیشە هەر لە ناخۆشیو ناڕەحەتیدا ناژی، بەختەوەریو شادمانی لە کەلەبەرێکی ژیاندا، کونجێکی بۆ خۆی دروستکردووە، وەلێ ساتو وەختی خۆشیو ئاسوودەیی زۆرکورتن، خانۆچکەی بەختیاری زوو زوو دەتەپێ، سەرلەنوێ بنیاتنانی ئەو خانۆچکەیە وەختی دەوێ!

ئەسرین بۆ خۆی وشك ناکات، لێوی هەڵقرچاو بە ئاسانی بزەی بۆ ناگەڕێتەوە، مرۆ کە ماوەیەکی زۆر دەستەو ئەژنۆ دانیشت، هەروا بە زوویی ناتوانێ چوارمشقی دانیشێو دەستی لە ملی ئەژنۆی داڕنێ!

وەلێ ئەوەشت لە یاد نەچێت، ئەم ژیانەی ئێمە سەرەڕای دیمەنە تراژیدییەکانی، گەلێك دیمەنی خەندەبەخشو شادیهێنی تێداهەن، ئاسوودەیی بە هەموو کونجو کەلەبەرێکی ناخی مرۆڤ دەبەخشن، کەواتە ئێمە هەرگیز ڕقمان لە ژینی

خۆمان نابێتەوە!

بەڵام دەبێت وریابین‌و بزانین کە ژیان گەمەی منداڵان نییەو گرنگە ئاگامان لە هەموو چرکەیەکی هەبێت، چونکە ئێمە سەفەرێکی گەورەمان لەبەردەمدایە.

ئەم گەشتو سەفەرانەی لە ژینی دونیاماندا ئەنجامی دەدەین، کاتەکانی خۆمان دیاری دەکەین‌و پێشتر خۆمانی بۆ سازو ئامادە دەکەین!

جانتاو بوخچەکانمان دەپێچینەوە، پێداویستییەکانمان ئامادەن، پوڵو پارە، جلوبەرگ، پاسپۆرت، کاتی ڕۆیشتن‌و هاتنەوەمان دیاریکراوە!

بە کەیفی خۆمان ساتو وەختی سەفەرەکەمان هەڵدەبژێرین‌و بە ئارەزووی خۆمان ماڵاوایی لە دۆستانمان دەکەین، بەڵێنی دیاری‌و شتی جوانیان پێدەدەین، بە ئومێدی دیدار بەجێیان دەهێڵین!

وەلێ سەفەری یەکجاری زۆر جیاوازە! ئێمە کاتەکەی نازانین، کەسیش پێمان ناڵێت، خۆشمان بۆ ئامادە نەکردووە! کەشکۆڵمان خاڵی‌و دەستمان بەتاڵە، ناتوانین ماڵاوایی لە دۆستانمان بکەین!

ئەو سەفەرە دووردرێژە، هێندە نزیکە، دەکرێت لە هەر ساتێکدا پێمان بڵێت: ئامادەبە، هەرئێستا!

بەداخەوە ئەمە ئەو حەقیقەتەیە کە هەموومان لێی بێئاگاین!!

ئەوەیە سەفەری غوربەتو نامۆیی، ئەوەیە دوورکەوتنەوەو هیجرانی دۆستو خۆشەویستان!

خۆشەویسترین کەسمان تا گۆڕستان لەگەڵمان دێن‌و دوای ئەوەی بە خۆڵ لە ژێرخاکدا دەمانشارنەوە، بە تەنیا جێماندێڵن!

لە جیهانێکی سەیرا، لە غوربەتێکی تاڵدا، لە گۆڕێکی تارا، لە دووتوێی بەرگێکی سپیدا، بەبێ هیچ یارو هاودەمێك فەرامۆشمان دەکەن!

کەسانێك بۆمان دەگرین، بەڵام لە حاڵی ئێمە بێئاگان!

کەواتە پێویستە توێشووی ئەو سەفەرە لە ناکاوە ئامادەکەین، بێئاگایانە درێژە بەم ژینەمان نەدەین، هەوڵدەین سۆزو خۆشەویستی ئەو خودایە وەدەستبێنین کە ئەگەر هێندەی گەردیلەیەك لەو ئەوینەمان لە دڵدا بێت، ئەوا بۆ ماڵاوایی ئەو سەفەرەمان فریشتەکانی خودا بەڕێمان دەکەن، هەر ئەو فریشتە سپی‌و جوان‌و بێگەردانەش بۆ پێشوازی ئاسمان لە ئاسمان دەستەونەزەر بەرێزەوە ڕادەوەستن!

با سەفەرەکانی دونیا، سەفەری قیامەتمان بێنێتەوە یادو هەمیشە ئەو ڕۆژەمان لە یاد بێت کە بۆ دواجار ماڵاوایی لەم دنیایە دەکەین کە ئێستا ئالوودەی خۆشی‌و باق‌و بریقی ئەوین!

خۆئامادەکردن بۆ ئەو سەفەرەش بەوە نابێت لە کونجێکی ژیاندا گۆشەگیربین‌و چاوەڕوانی مردن بکەین!

نا، بەڵکو ئەو مرۆڤەی خۆی بۆ ئەو سەفەرە ئامادە دەکات، لە هەموو کەس زیاتر سوود لەم ژیانەی وەردەگرێت، چونکە دنیا کێڵگەیەکە بۆ قیامەت!

سوود لە کاتەکانی وەردەگرێت، پەیامی خۆشەویستی‌و میهرو بەزەیی لە نێو مرۆڤەکاندا بڵاودەکاتەوە، هەمیشە بەرەو لوتکە بەرزەکان هەنگاو دەنێت! دەزانێت کە ئەو لە خۆڕا نەهاتۆتە دنیاو خوداوەند بەبێ مەبەست ئەوی نەخوڵقاندووە!

لە هەموو هەنگاوێکدا خودای لە بیرە، لێرەوەڕا نەخشە بۆ بەهەشتی نەبڕاوە دادەنێت، هاوڕێیانی سەفەری دەدۆزێتەوە، چونکە ئەوانن دەستی دەگرن بەرەو ئەوێ! ئەو هاوڕێیانەی کە دەستو دڵو دەروونیان لە بەهەشتییان دەچێت، جگە لە ئاکاری بەرزو دڵسۆزی‌و وەفاداری‌و خۆشەویستی‌و میهرو بەزەیی، هیچ ئاکارێکی تریان لێ بەدی ناکرێت!

پەتی هەموو خۆشەویستییەك بە مردن دەپچڕێت، بەڵام خۆشەویستی لەبەر خودا تا نێو بەهەشت بەردەوامە!

دەبێت وریابین، کەسانێك نەکەین بە خۆشەویستی خۆمان کە بەرەو دۆزەخ دەستمان دەگرن‌و لەوێڕا دەزانین کە ئەوان دوژمنی ئێمە بوون، نەك دۆست، بەڵام ئێمە نەماندەزانی.

هەموو خۆشەویستان ڕۆژێك دەبێت لە یەکتر دابڕێن‌و ئەم دنیایە بەجێبهێڵن، بەڵام خۆشی‌و سەرفرازی بۆ ئەو خۆشەویستانەی لە سێبەری باخچەکانی بەهەشتدا بە دیداری یەکتر شاد دەبنەوە!

شەو درەنگەو دنیا کپو بێدەنگە، خەمی دووری تۆ هەموو هەستو نەستی وەکو تاریکیی شەو داگیرکردووم، ناچارم خامەکەم دابنێم!

هاودەمی خەمم دوای شەم هەر شەوە
ژووانی تەنیاییم ژێربالی ئەوە
بە ئومێدی دیدارێکی نزیك!

ع.ش. شێرکۆ



وەرە هاوڕێم

دونیا لوقمان

وەرە هاوڕێم با لەم بێدەنگییەدا پێکەوە ببین بە یەك هێزو شەپۆل بە خەمەکان بدەین.

وەرە هاوڕێم با شەپۆل بدەین بەو خەم‌و فرمێسکانەی دڵمان دەکەن بە هێلانەی خەم.

شەپۆلێك بەرەو نقومبوونی خەمەکان!

هاوڕێ ئەزیزەکەم، وەرە با شەپۆل بدەین بەو وتانەی لە نێوان نزیکبوونەوەماندا دەبن بە بەربەستێکی ڕەق، وەرە ئیدی با گومان‌و بیرکردنەوەی بەدمان سەبارەت بە یەکتر لەناو دەریای فراوانی پاکی‌و موحیبەتمان نقوم بکەین.

هاوڕێم: وەرە با بە دڵی گەورەمان یەکدی بە ڕونی ببینین‌و نەهێڵین خەمەکان لەگەڵ خۆیان ئاوێتەمان بکەن‌و بەرەونقوم بوونمان بەرن.

وەرە با بە دڵسۆزی‌و خۆشەویستی نێوانمان کار بکەین بۆ نەهێشتنی هەر بەربەستێك پێکەوە بڵێین بەربەستەکان هەرچەندە ڕەق بن، گومانە ناڕاستەکان هەرچەندە زۆر بن، بەڵام هەر بێهێزو لاوازن لە بەرامبەر هەستی جوانی نێوانمان.

هاوڕێم: وەرە با هاوڕێیەتیمان لە هاوڕێیەتی چاوانمان فێر بین!!

کە هەریەکەیان بەبێئەوی دی بینین بۆی زەحمەت دەبێتو تەنها لایەکی دنیا دەبینێت!

دە با منو تۆش پێکەوە ببین بەو چاوانەو لە دەریای موحیبەتدا، پێکەوە بڕوانینە دنیای خۆشبەختی‌و هاوڕێیەتیمان بکەینە چۆکداهێنەری خەمەکان‌و بڵێین: (خۆشم دەوێیت هاوڕێی ئەزیزم)!



لەگەڵ سالمی ساحێبقڕاندا

پێش ماڵئاوایی

ئەدەبی کوردی ٧

فەلەك زەحمەت لە دڵ مەیلت بەدەرکا
بینای هەستیم ئەگەر زێرو زەبەرکا
تەلاشی عەشقی بێ، هەرکەس لە دڵدا
دەبێ سینەی سوپەر بێو تەرکی سەرکا
کە سوڵتانی خەیاڵت بێتە خاطر
دەبێ شاهی خیرەد مەیلی سەفەرکا
. . . .
دەنێمە زەرفی خاطر یادی بۆسەت
ئەگەر طەبعم تەمەننای گوڵشەکەرکا
پەرێشانم دەکا وەك موڵکی بێ شاه
لە قامەت هەر سەحەر گێسو کەمەرکا

((سالم)) ناوی عەبدوڕەحمان بەگی کوڕی ئەحمەد بەگی ساحێبقڕانەو ئامۆزای شاعیری بەناوبانگی بابان، کوردییە، ساڵی لە دایکبوونی لە نێوان (١٨٠٠- ١٨٠٥)ی زاینی و کۆچی دوایشی لە نێوان (١٨٦٦- ١٨٦٩)دا بووە، بەپێی ڕاوبۆچوونی جیاوازی مێژوونوسان.

سالم، لەسەرەتای شیعر نوسینیدا نازناوی (ڕەنجوور)و جارجارەش (بیمار)ی هەڵبژاردووە، بەڵام لەسەر داخوازی دۆستو پزیشکان و لەبەرئەوەی هەمیشە نەخۆش و دەردەدار بووە، نازناوی (سالم)ی بەهیوای شیفا هەڵبژاردووە.

هەرکام لە سێکوچکەی شیعری بابان تایبەتمەندی خۆیان هەیە، بەڵام هەستی پڕجۆش و خرۆش و ئەوینێکی بێ وێنەو وەفاو تاسەو ئاهی هیجران و توانەوە لە عیشقێکی لە خەیاڵ بەدەردا، خاڵی هاوبەشی نێوان شیعرەکانیانە، کە جوانترین سیما بە شیعری کلاسیکی کوردی دەبەخشێ و گوزارش لە هەستێکی ناسك و دەروونێکی پاك و دڵێکی بێگەرد دەکات، بەشێوەیەك ئەو قەسیدە بەرزانە لە غەزەلێکی موجەرڕەدو سۆزو خرۆشێکی ئاسایی زۆر گەورەترن.

سالم دەڵێت:

لە دەستم بەرمەدە دامەن، مەبادا بمکوژێ هیجرت
مەبادا خوێنی ناهەق، دامەنت بگرێ لە مەحشەردا

یاخود دەڵێت:

دەستی من تەعویزە بۆ دەفعی بەڵا
یا حەمایل بێ لە ملتا بێڵەسا
گەر بزانی جەوری حاڵی ئیحتیاج
دەستی ڕوو نانێیتە بەر سینەی گەدا

یەکێك لە قەسیدە بەناوبانگەکانی سالم ئەم قەسیدەیەیە کە وردەکاری سەیری تێدا کردووە!

یارم لە ئەندەروون هات دەستی ڕەقیب لە دەستا
غەمناك و شادمانم ڕەحمەت عەزابی هێنا
.... وەی وەی چ مەجلیسێ بوو دوێنێ لە دەیدەو دڵ
دولبەر شەرابی گێڕا ((سالم)) کەبابی هێنا

یاخود چی تەشبیهێکی سەیرە کە دەڵێت:

چاوەکەت وەختێ بە ئیما مەیلی جامی مەی دەکا
هەرچی مەی دەیکا لەگەڵ ئەو، ئەو لەگەڵ ئێمەی دەکا.

یا دەڵێت:

لەبەر پەیکانی تیری ئاهی من، مۆمە حەجەر، ئیمشەو
درێغا گەر نەکا دولبەر، لە ناڵینم حەزەر ئیمشەو

لە تاو جەورو ستەمی یاریش دەڵێت:

تەمامە خۆم وەها ون ئەکەم بە ناکامی لە تاو جەورت
هەتا دەمرم لە دڵمابێ وەکو گۆگردی ئەحمەربم

سەبارەت بە((هیجران))یش دەڵێت:

لە یەك مصرع ئەگەر ((سالم)) بنوسێ شەرحی هیجرانت
بەسەر مەعنای کەلاما تاحەشر دوڕڕی یەمەن دەڕژێ

لە کۆتاییدا دەچینە حزوری ئەم شاکارەی سالم:

لە نوسخەی مووتە، یا تەئسیری بەختم
جیهان یەکسەر وەکو قەترانە ئیمشەو
لە گوێما دەنگی دەققولبابی دڵ دێ
خەیاڵی یارەکەم میوانە ئیمشەو
لە مەیلی سەبرو قەهری وەك سەمومت
لە باغی دڵ، گەڵاڕێزانە ئیمشەو
لە گەرمی دڵ، گوڵی شادی وەریوە
شکۆفەی غەم لە نەو، خەندانە ئیمشەو
بە ئومێدی بەهاری وەسڵەکەی تۆ
لە هەوری دیدە هەر بارانە ئیمشەو
لە لای ((سالم)) ئەگەر ئەکلەو ئەگەر شورب
بەبێ تۆ دوور لە تۆ سندانە ئیمشەو

شێخانی